Gary D. Chapman
De ştiut înainte de căsătorie

Ce mi-aş dori să fi ştiut înainte de căsătorie

Traducere de Simona Mereu

Casa Cărţii, oradea
2011

This book was first published in the United States by Moody Publishers, 820 N. Lasalle Blvd., Chicago, ÎL 60610 with the title *Things I Wish I'd Known Before We Married.*
2010 by Gary Chapman.
Translated by permission.

Citatele biblice sunt luate din Sfânta Scriptură, traducerea Dumitru Cornilescu.

De ştiut înainte de căsătorie de Gary D. Chapman
2011 Editura Casa Cărţii
Oradea

Traducerea: Simona Mereu
Coperta: Adrian Mihocaş

CUPRINS

Introducere... 7

1. Mi-aş dori să fi ştiut că a fi îndrăgostit nu este o temelie... suficient de solidă pentru a clădi o căsnicie

reuşită… 11

2. Mi-aş dori să fi ştiut că dragostea romantică… are două etape… 17

3. Mi-aş dori să fi ştiut că zicala „aşchia nu sare… departe de trunchi” nu este un mit… 27

4. Mi-aş dori să fi ştiut cum să rezolv… neînţelegerile fără ceartă… 33

5. Mi-aş dori să fi ştiut că a-ţi cere iertare… este un semn de tărie… 41

6. Mi-aş dori să fi ştiut că iertarea… nu este un sentiment… 53

7. Mi-aş dori să fi ştiut că toaletele… nu se curăţă singure… 61

8. Mi-aş dori să fi ştiut că avem nevoie… de un plan de gestionare a banilor… 69

9. Mi-aş dori să fi ştiut că împlinirea sexuală reciprocă… nu vine de la sine…79

10. Mi-aş dori să fi ştiut că prin căsătorie… intram într-o familie… 87

11. Mi-aş dori să fi ştiut că spiritualitatea… nu înseamnă doar „să mergi la biserică”… 99

12. Mi-aş dori să fi ştiut că personalitatea… ne influenţează profund comportamentul… 109

Epilog… 127

Anexă: Cultivarea unei relaţii de curtare sănătoase… 131

Resurse… 143

Introducere

În facultate am studiat antropologia ca materie de specialitate. Mai târziu, am urmat masteratul în acelaşi domeniu. Timp de mai bine de patruzeci de ani, m-am ocupat cu studiul mai multor culturi. O concluzie este inevitabilă: Căsătoria între un bărbat şi o femeie stă la baza tuturor societăţilor umane. Este o realitate faptul că aproape toţi copiii, odată ajunşi la maturitate, se căsătoresc. În Statele Unite, în fiecare an au loc peste două milioane de căsătorii; adică peste patru milioane de oameni răspund „da” la întrebarea: „Îl iei în căsătorie pe acest bărbat?” sau „O iei în căsătorie pe această femeie?” Aproape toate aceste cupluri se gândesc că „vor trăi fericiţi până la adânci bătrâneţi”. Nimeni nu se căsătoreşte sperând să fie nefericit sau dorind să-şi nefericească partenerul. Cu toate astea, se ştie că rata divorţurilor în Occident se menţine în jur de 50% şi că cele mai multe dintre acestea au loc în primii şapte ani de la căsătorie.

Oamenii nu se căsătoresc cu intenţia să divorţeze. Divorţul este rezultatul lipsei de pregătire pentru căsătorie şi al eşecului de a învăţa deprinderile necesare a lucra în echipă într-o relaţie intimă. Ironia este că recunoaştem nevoia de pregătire în toate celelalte domenii ale vieţii, dar nu o recunoaştem când vine vorba de căsătorie. Majoritatea oamenilor petrec mult mai mult timp pregătindu-se pentru o carieră decât pentru căsătorie. Aşadar, nu ar trebui să ne surprindă faptul că au mai mult

succes în preocupările vocaţionale decât în atingerea ţelului fericirii conjugale.

Decizia de a se căsători va avea un impact mult mai mare decât aproape oricare altă decizie din viaţa unui om. Şi totuşi oamenii se zoresc să intre în căsnicie cu puţină sau chiar fără niciun fel de pregătire pentru a face din aceasta o reuşită. De fapt, multe cupluri acordă mai multă atenţie planurilor de nuntă decât planurilor pentru căsnicie. Ceremonia nunţii durează doar câteva ore, pe când căsnicia, sperăm noi, va dura o viaţă întreagă.

Cartea aceasta nu este un ghid pentru planificarea nunţii, ci conţine sfaturi pentru a clădi o căsnicie reuşiţă. Mi-am petrecut ultimii treizeci şi cinci de ani din viaţă făcând consiliere cu familiile ale căror visuri la o căsnicie fericită au fost spulberate în lumea reală a vaselor murdare, a facturilor neplătite, a programelor de lucru incompatibile şi a bebeluşilor plângăcioşi. Cu multă muncă şi luni de consiliere, multe dintre aceste familii au ajuns să aibă căsnicii împlinite. Şi sunt recunoscător pentru asta.

Convingerea mea este că multe dintre aceste lupte ar fi putut fi evitate dacă cei doi şi-ar fi făcut timp să se pregătească mai temeinic pentru căsnicie. Acesta este motivul pentru care scriu această carte. Aş vrea să înveţi din greşelile lor. Este mult mai puţin dureros aşa, decât să înveţi din propriile tale greşeli. Aş vrea să ai parte de acea căsnicie plină de iubire, susţinere şi beneficii reciproce pe care ţi-o doreşti. Însă trebuie să ştii că doar căsătoria în sine nu îţi asigură acest tip de căsnicie. Trebuie să îţi faci timp să descoperi şi să aplici acele sfaturi maritale care au demonstrat că fac posibilă o astfel de căsnicie.

Pentru cei care nu se află într-o relaţie de curtare şi încă nu au planuri de căsătorie, această carte constituie o hartă care îi va conduce dinspre singurătate spre căsătorie. Pe cei care se află într-o relaţie de curtare, dar nu sunt încă logodiţi, această carte îi va ajuta să se decidă dacă şi când să-şi anunţe planurile de căsătorie. Pe cei logodiţi, cartea îi va ajuta să examineze temelia unei

căsnicii reuşite şi să înveţe deprinderile necesare pentru a o clădi.

Privind în urmă, la primii ani ai căsniciei mele, mi-aş dori să-mi fi spus şi mie cineva ceea ce îţi voi spune eu ţie. Cred sincer că aş fi luat aminte. Dar, în generaţia mea, conceptul de „pregătire premaritală" nu exista. Nădăjduiesc că deschiderea mea cu privire la propria căsnicie te va ajuta să eviţi ceva din durerea şi frustrarea pe care le-am trăit eu şi Karolyn.

Cartea aceasta nu trebuie doar citită, ci şi trăită. Cu cât înţelegeţi mai mult realităţile discutate în paginile următoare şi sunteţi transparenţi în a vă împărtăşi gândurile şi sentimentele cu privire la aceste subiecte, cu cât vă respectaţi reciproc opiniile şi găsiţi împreună soluţii viabile pentru diferenţele dintre voi, cu atât veţi fi mai pregătiţi pentru căsnicie. Dacă ignoraţi aceste probleme şi alegeţi să credeţi că sentimentele euforice pe care le nutriţi unul pentru celălalt vă vor susţine în căsnicie, atunci vă pregătiţi pentru eşec. Vă îndemn să vă pregătiţi pentru căsnicie ca şi cum ar fi cea mai importantă relaţie interumană pe care o veţi dezvolta vreodată. Dacă-i acordaţi toată atenţia şi tot ce aveţi mai bun, aveţi toate şansele să vă vedeţi îndeplinite visurile la o căsnicie fericită.

Vreau să vă invit să vizitaţi site-ul startmarriageright.com unde veţi găsi diverse resurse care vă vor ajuta atât să vă pregătiţi pentru căsnicie, cât şi să clădiţi o căsnicie reuşită, trainică. Majoritatea acestor resurse sunt gratuite, aşadar sper să le accesaţi. Şi, nu uitaţi, ziua nunţii este doar primul pas!

Gary Chapman

1

Mi-aş dori să fi ştiut…

…că a fi ÎNDRĂGOSTIT nu este o temelie suficient de solidă pentru a clădi o CĂSNICIE REUŞITĂ

r fi trebuit să fie evident, dar mie mi-a scăpat. Nu citi… sem niciodată o carte despre căsnicie, aşa că mintea mea nu era ancorată în realitate. Ştiam doar că nutream pentru Karolyn sentimente pe care nu le nutrisem niciodată pentru o altă fată. Fiecare sărut era ca o înălţare le cer. Când o vedeam după o absenţă îndelungată, simţeam literalmente cum mă treceau fiori de emoţie. Îmi plăcea totul la ea. Îmi plăcea cum arăta, cum vorbea, cum mergea şi, mai ales, mă captivau ochii ei căprui. Îmi plăcea chiar şi de mama ei şi am mers până acolo încât m-am oferit să-i zugrăvesc casa – aş fi făcut orice numai să-i arăt acestei fete cât de mult o iubeam. Nu-mi puteam imagina că exista pe lume o fată mai minunată decât ea. Şi cred că ea avea aceleaşi gânduri şi sentimente cu privire la mine.

Cu toate aceste gânduri şi sentimente, aveam cele mai pure intenţii de a ne face fericiţi unul pe celălalt pentru tot restul vieţii. Însă, la şase luni după ce ne-am căsătorit, amândoi eram mai nefericiţi decât ne imaginaserăm vreodată. Sentimentele euforice dispăruseră, iar în locul lor simţeam durere, mânie, dezamăgire şi ne purtam resentimente. Când eram „îndrăgostiţi”, nu antici-pasem niciodată că am putea ajunge aici. Am crezut că percepţiile pozitive şi sentimentele pe care le aveam unul faţă de celălalt aveau să ne însoţească toată viaţa.

În ultimii treizeci de ani, am făcut şedinţe de consiliere prema-ritală cu sute de cupluri. Am descoperit că majoritatea dintre ele au aceeaşi perspectivă îngustă despre îndrăgostire. La prima şedinţă, îi întreb adesea:

— De ce vreţi să vă căsătoriţi?

Indiferent de ce altceva mai spun, întotdeauna îmi

dau marele motiv. Iar marele motiv e aproape întotdeauna acelaşi:

— Pentru că ne iubim.

Apoi le pun o întrebare foarte nedreaptă:

— Ce vreţi să spuneţi prin asta?

De obicei, sunt uluiţi de întrebarea mea. Cei mai mulţi îngaimă ceva despre un sentiment adânc pe care îl nutresc unul faţă de celălalt. Acesta persistă de ceva timp şi este oarecum diferit de ce au simţit pentru ceilalţi băieţi sau fete cu care s-au întâlnit. Adesea, se uită unul la celălalt, privesc în tavan, chicotesc, după care unul dintre ei spune:

— Ei bine, ăăă… o, ştiţi dumneavoastră.

În această etapă a vieţii mele, cred că ştiu prea bine, dar mă îndoiesc că ei ştiu. Mi-e teamă că au aceeaşi percepţie despre îndrăgostire pe care am avut-o eu şi Karolyn când ne-am căsătorit. Şi acum ştiu că a fi îndrăgostit nu este o temelie suficient de solidă pe care să construieşti o căsnicie reuşită.

Cu ceva timp în urmă, am fost sunat de un tânăr care m-a întrebat dacă aş vrea să-i oficiez căsătoria. L-am întrebat când are de gând să se căsătorească şi am constatat că nunta avea loc în mai puţin de o săptămână. I-am explicat că, de obicei, eu fac între şase şi opt şedinţe de consiliere cu cei care doresc să se căsătorească. Răspunsul lui a fost unul clasic:

— Ei bine, sincer să fiu, nu cred că avem nevoie de consiliere. Noi chiar ne iubim unul pe celălalt şi nu cred că vom avea vreo problemă.

Am zâmbit, dar cu un suspin în inima mea – încă o victimă a iluziei „îndrăgostirii”.

Vorbim adesea despre „a ne îndrăgosti” «Această expresie mă duce cu gândul la o vânătoare de animale în junglă. Pe cărăruia pe care animalul o apucă spre izvor, este săpată o groapă, care mai apoi este camuflată cu crengi şi frunze. Bietul animal îşi vede de drumul lui când,

pe neaşteptate, cade în groapă şi este prins în capcană.

Cam în felul acesta vorbim noi despre dragoste. Trecem prin viaţă, văzându-ne de îndatoririle noastre de zi cu zi când, pe neaşteptate, ne rotim privirea prin încăpere sau ne uităm de-a lungul coridorului şi iat-o! sau iată-l! – şi, uite-aşa, „ne-am îndrăgostit”. Nu ne putem împotrivi. Este ceva cu totul în afara controlului nostru, ştim că suntem sortiţi căsătoriei; cu cât mai repede, cu atât mai bine. Aşa că ne anunţăm prietenii şi, pentru că ei operează în baza aceluiaşi principiu, sunt de acord că, dacă suntem cu adevărat îndrăgostiţi, este timpul să ne căsătorim.

Deseori, trecem cu vederea faptul că interesele noastre sociale, spirituale şi intelectuale se află la o distanţă kilometrică unele de altele. Scopurile şi sistemele noastre de valori sunt contradictorii, dar noi suntem îndrăgostiţi. Marea tragedie care derivă din această percepţie a iubirii este că, la un an de la nuntă, cuplul se află în biroul consilierului spunând: „Nu ne mai iubim”. De aceea, sunt gata să se despartă. În definitiv, dacă „iubirea” nu mai e, atunci „cu siguranţă nu vă aşteptaţi să rămânem împreună”.

«În limba engleză, expresia este „to fall in love” care, literal, se traduce prin „a cădea în dragoste” (n.tr.).

Când lovesc „furnicăturile”.

Eu am un alt cuvânt pentru experienţa emoţională descrisă mai sus. O numesc „furnicături”. Nutrim sentimente calde, efer-vescente, arzătoare pentru o persoană de sex opus. Furnicăturile sunt acelea care ne motivează să ieşim la un hamburger cu el/ea. Uneori, le pierdem la prima întâlnire. Aflăm ceva despre el/ea care, pur şi simplu, ne decuplează emoţiile. Data următoare când ne invită la un hamburger, pur şi simplu nu ne e foame. Însă, în alte relaţii, cu cât stăm mai mult împreună, cu atât furnicăturile sunt mai puternice. În scurtă vreme,

ne trezim gândindu-ne la el/ea zi şi noapte. Gândurile noastre au un caracter obsesiv. O vedem ca fiind cea mai frumoasă, cea mai interesantă persoană pe care am cunoscut-o vreodată. Vrem să petrecem împreună cât mai mult timp posibil. Visăm să ne petrecem restul vieţii alături, fericindu-ne unul pe celălalt.

Vă rog să nu mă înţelegeţi greşit. Eu cred că furnicăturile sunt importante. Ele sunt reale, iar eu pledez pentru supravieţuirea lor. Dar ele nu sunt temelia unei căsnicii satisfăcătoare. Nu sugerez că ar trebui să se căsătorească cineva fără să aibă furnicături. Sentimentele acelea calde, entuziaste, „fiorii", acel sentiment de acceptare, exaltarea unei atingeri – toate aceste lucruri care compun furnicăturile constituie cireaşa de pe tort. Dar nu poţi avea un tort doar din cireaşă. Într-o decizie de căsătorie, este vital să fie luaţi în considerare şi acei mulţi alţi factori pe care îi discutăm în această carte.

Îndrăgostirea este o experienţă emoţională cu un caracter obsesiv. Dar emoţiile se schimbă şi obsesiile se sting. Cercetările indică faptul că, în medie, obsesia „îndrăgostirii" durează doi ani. «Pentru unii, ea poate dura ceva mai mult; pentru alţii, ceva mai puţin. Dar media este de doi ani. După aceea, coborâm de pe culmea emoţională, iar acele aspecte ale vieţii pe care le-am

«Dorothy Termov, *Love and Limerence*, New York, Stein and Day, 1972, p.142.

desconsiderat în euforia noastră încep să devină importante. Diferenţele dintre noi încep să iasă la iveală şi ne trezim adesea certându-ne cu persoana pe care, cândva, am crezut-o desăvârşită. Descoperim acum pe propria piele că îndrăgostirea nu este o temelie suficient de solidă pentru o căsnicie fericită.

Pe aceia dintre voi care sunteţi în prezent într-o relaţie de curtare şi vă gândiţi, probabil, la căsătorie, v-aş încuraja să citiţi Anexa acestei cărţi, de la pagina 131. Cred că scopul principal al întâlnirilor este să sjungeţi să

vă cunoaşteţi reciproc şi să examinaţi bazele intelectuale, emoţionale, sociale, spirituale şi fizice pentru căsătorie. Numai atunci veţi fi capabili să luaţi o decizie înţeleaptă – de a vă căsători sau nu. Întrebările cuprinse în exerciţiile din Anexă pot servi ca îndrumător pentru discutarea acestor fundamente.

d'SĂ STĂM DE VORBĂ đ

1. Pe o scală de la o la 10, cât de puternic simţi „furnicăturile" pentru persoana cu care te întâlneşti?

2. Dacă „durata de viaţă" medie a furnicăturilor este de doi ani, cât timp te aştepţi să aveţi sentimente euforice?

3. În ce măsură aţi explorat cele mai importante probleme de compatibilitate în următoarele domenii:

— Dialog intelectual;
— Control emoţional;
— Interese sociale;
— Unitate spirituală;
— Valori comune?

4. Dacă doriţi să exploraţi aceste domenii mai în profunzime, veţi dori, probabil, să folosiţi întrebările din anexa *Culti-varea unei relaţii de curtare sănătoasă*, de la pagina 131.

2

Mi-aş dori să fi ştiut...

...că dragostea ROMANTICĂ
are două ETAPE

a aflam în aeroportul din Chicago când am întâlnit-o... pe Jan, care mergea în vizită la logodnicul ei pentru

weekend. Când m-a întrebat încotro călătoresc, i-am spus:

— Mă duc în Milwaukee, Wisconsin, unde voi ţine mâine un seminar despre căsnicie.

— Ce faceţi în cadrul seminarelor despre căsnicie? m-a întrebat.

— Încerc să le dau oamenilor idei practice despre cum să lucreze la căsnicia lor, am răspuns eu.

Cu o privire mirată, Jan a întrebat:

— De ce trebuie să lucrăm la o căsnicie? Dacă ne iubim, nu este asta tot ce contează?

Ştiam că era sinceră, pentru că aceasta fusese şi percepţia mea înainte să mă căsătoresc.

Cum niciunul dintre noi nu se grăbea să prindă următorul zbor, i-am explicat pe îndelete că există două etape ale dragostei romantice. Prima dintre ele nu necesită prea mult efort. Suntem propulsaţi de sentimentele euforice (pe care le-am descris în capitolul precedent). De obicei, numim această etapă „îndrăgostire". Când suntem *îndrăgostiţi*, facem de bunăvoie lucruri unul pentru celălalt, fără să ne gândim la costuri sau sacrificii. Suntem în stare să conducem 800 de kilometri sau să zburăm peste jumătate de ţară pentru a petrece un weekend împreună. Jan a încuviinţat din cap. Persoana pe care o iubim pare a fi desăvârşită – sau cel puţin desăvârşită pentru noi. M-am grăbit însă să adaug:

— Oricum, mama ta s-ar putea să aibă o părere diferită. Ea ar putea spune: „Dar, dragă, ai luat în considerare…"

— Da, am mai auzit „predica" asta, zâmbi Jan.

În această etapă a dragostei romantice, cuplul nu trebuie să *lucreze* la relaţie. Cei doi pot consuma multă energie făcând lucruri unul pentru celălalt, dar nu ar considera asta muncă. Mai degrabă ar tinde să folosească pentru asta cuvântul *plăcere*. Ei sunt în culmea fericirii când au oportunitatea să facă ceva semnificativ pentru cealaltă persoană. Vor să se facă fericiţi unul pe celălalt şi

adesea reuşesc. Cu toate acestea, după cum am precizat în capitolul 1, această etapă iniţială a dragostei romantice durează, în medie, doi ani. Nu rămânem pentru totdeauna în stadiul euforic al dragostei. De fapt, acesta e un lucru bun, pentru că este dificil să te concentrezi la orice altceva atunci când eşti *îndrăgostit*. Dacă eşti în facultate când te îndrăgosteşti, e aproape sigur că notele tale vor scădea simţitor. Mâine, dai un test despre războiul din 1812. Cui îi pasă de războiul din 1812 când tu eşti îndrăgostit? Educaţia pare lipsită de importanţă; ceea ce contează este să fii cu persoana iubită. Fiecare dintre noi am cunoscut persoane care renunţă la facultate şi aleg să se căsătorească pentru că iubitul sau iubita lor se mută într-un alt stat şi vor să fie împreună.

Dacă această etapă a euforiei *îndrăgostirii* s-ar prelungi cu încă douăzeci de ani, puţini dintre noi şi-ar mai fructifica potenţialul educaţional şi profesional. Implicarea în problemele sociale şi în eforturile filantropice ar fi nulă. Atunci când suntem *îndrăgostiţi*, restul lumii nu contează. Suntem focalizaţi cu totul pe a fi împreună şi pe a ne face fericiţi unul pe celălalt.

Înainte să mă căsătoresc eu, nimeni nu m-a anunţat că există două etape ale dragostei romantice. Ştiam că eram îndrăgostit de Karolyn şi mă aşteptam să nutresc sentimentele acelea faţă de ea pentru tot restul vieţii. Ştiam că ea mă făcea fericit şi voiam să fac acelaşi lucru pentru ea. Atunci când am coborât de pe culmea emoţională, am fost deziluzionat. Mi-am amintit de avertismentele mamei mele şi am fost chinuit de un gând ce mă bântuia: „M-am căsătorit cu persoana nepotrivită”. Raţionamentul meu era că, dacă m-aş fi căsătorit cu persoana potrivită, cu siguranţă sentimentele mele nu s-ar fi stins atât de repede după nuntă. Gândurile acestea erau dureroase şi greu de contracarat. *Diferenţele dintre noi par atât de evidente acum. De ce nu le-am observat mai devreme*?

A doua etapă a dragostei

Mi-aş dori să fi fost cineva acolo să-mi spună că ceea ce gândeam şi simţeam eu era normal; că, de fapt, există două etape în dragostea romantică şi că trebuia să fac tranziţia între ele. Din păcate, nu am avut pe nimeni care să-mi dea această informaţie. Dacă aş fi ştiut atunci ceea ce îţi spun acum, aş fi fost scutit de ani buni de frământări conjugale. Ceea ce am descoperit eu este faptul că a doua etapă a dragostei romantice este mult mai deliberată decât prima. Şi, da, este nevoie de muncă pentru a menţine vie această dragoste emoţională. Însă, aceia care depun efortul de a face tranziţia de la prima etapă la cea de-a doua, sunt recompensaţi în mod uluitor.

Ca tânăr consilier marital, am început să descopăr că ceea ce îl face pe unul să se simtă iubit nu îl face neapărat şi pe celălalt să se simtă la fel; şi că atunci când coboară de pe culmile emoţionale ale *îndrăgostirii*, cei doi nu prea reuşesc să-şi exprime dragostea unul pentru altul.

— Simt că nu mă iubeşte, se plânge ea.

El spune:

— Nu înţeleg. Muncesc din greu. Păstrez maşina curată. Tund iarba în fiecare weekend. O ajut la treburile casei. Nu ştiu ce altceva şi-ar mai dori.

— Face, într-adevăr, toate aceste lucruri. Este un bărbat harnic. Apoi, cu lacrimi în ochi, îmi spune: Dar niciodată nu stăm de vorbă.

Săptămâni la rând, am tot ascultat poveşti asemănătoare. Aşa că am decis să arunc o privire peste notiţele pe care mi le luasem în timpul şedinţelor de consiliere şi m-am întrebat: „Când o persoană spune: «Simt că partenerul meu nu mă iubeşte», ce urmăreşte? Ce îşi doreşte? De ce anume se plânge?” Am împărţit plângerile lor în cinci categorii. Mai târziu, le-am numit cele cinci limbaje ale iubirii.

Dinamica este foarte similară cu cea a limbilor vorbite. Fiecare dintre noi creşte vorbind o limbă într-un

anumit dialect. Eu am crescut vorbind engleza în stil sudic. Dar cu toţii avem o limbă şi un dialect propriu şi pe acela îl înţelegem cel mai bine. Acelaşi lucru este valabil şi în iubire. Orice om are un limbaj principal în iubire. Unul dintre cele cinci ne vorbeşte mai profund la nivel emoţional decât celelalte patru. În plus, am descoperit că rareori un soţ şi o soţie au acelaşi limbaj al iubirii. Din fire, tindem să vorbim limbajul propriu. Ne vom exprima iubirea faţă de ceilalţi prin aceleaşi gesturi care ne fac pe noi să ne simţim iubiţi. Însă, dacă partenerul nostru nu are acelaşi limbaj, gesturile noastre de iubire nu vor avea aceeaşi însemnătate pe care o au pentru noi. În ilustraţia de mai sus, soţul vorbea limbajul *serviciilor*. El spăla maşina, tundea iarba, îşi ajuta soţia la treburile gospodăriei. Pentru el, acesta este modul în care se exprimă iubirea. Dar limbajul ei de iubire era *timpul acordat*. Ea a spus: „Niciodată nu stăm de vorbă”. Ceea ce o făcea pe ea să se simtă iubită era atenţia lui exclusivă, timpul petrecut stând de vorbă cu ea, împărtăşind lucruri cotidiene, ascultând şi comunicând. El îşi exprima în mod sincer dragostea, dar nu o făcea în limbajul ei principal de iubire.

Cartea care a rezultat din această cercetare se intitulează *Cele cinci limbaje ale iubirii*: *Cum să-ţi exprimi faţă de partener implicarea trup şi suflet*. Ea s-a vândut în peste şase milioane de exemplare în limba engleză şi a fost tradusă în treizeci şi opt de limbi din întreaga lume. A ajutat literalmente milioane de familii să înveţe cum să se lege unul de celălalt şi să-şi păstreze vie dragostea emoţională. Aceste persoane au făcut tranziţia de la etapa întâi la cea de-a doua. Au învăţat cum să-şi exprime dragostea în mod eficient.

Iată un scurt rezumat al celor cinci limbaje ale iubirii:

1. CUVINTELE DE ÎNCURAJARE. Acest limbaj foloseşte cuvintele pentru a arăta apreciere celeilalte persoane. „Chiar apreciez că ai spălat maşina. Arată minunat”. „Mulţumesc pentru că ai dus gunoiul. Eşti cel

mai tare”. „Arăţi bine în ţinuta aceea”. „Ador faptul că eşti atât de optimist”. „Admir modul în care ai ajutat-o pe mama ta”. „Zâmbetul tău este contagios. Ai văzut cum toată lumea părea că se luminează la faţă când ai intrat tu în încăpere?” Toate acestea sunt cuvinte de încurajare. Cuvintele tale se pot axa pe personalitatea celuilalt, pe modul în care arată sau pe ceva ce a făcut pentru tine sau pentru alţii. Pentru a vorbi acest limbaj, trebuie să urmăreşti lucrurile pe care le admiri sau apreciezi la persoana celuilalt şi să-ţi exprimi verbal admiraţia. Dacă limbajul principal al cuiva este cel al *cuvintelor de încurajare*, cuvintele tale vor fi ca ploaia peste un pământ uscat. Nimic nu-i va comunica mai profund dragostea ta decât aceste cuvinte.

2. SERVICIILE. Pentru oamenii aceştia, faptele sunt mai grăitoare decât cuvintele. Dacă le spui cuvinte de încurajare precum „te admir, te apreciez, te iubesc”, ei probabil se vor gândi sau chiar îţi vor spune: „Dacă mă iubeşti, de ce nu mă ajuţi cu nimic la treburile casei?” Dacă *serviciile* sunt limbajul lor principal de iubire, atunci spălatul maşinii, tunsul ierbii, ajutorul în gospodărie şi schimbatul scutecelor sunt exact lucrurile care-i fac să se simtă iubiţi. Cheia pentru a iubi o astfel de persoană este să afli ce lucruri i-ar plăcea să faci. Şi apoi să începi să le faci în mod consecvent.

3. PRIMIREA DE DARURI. Pe unii oameni, cel mai mult îi face să se simtă iubiţi primirea unui cadou. Acesta le comunică: „S-a gândit la mine. Uite ce mi-a adus”. Cele mai bune daruri sunt acelea care ştii că vor fi apreciate. A-i oferi o undiţă, când ei nu-i place să pescuiască, probabil că nu-ţi va comunica prea bine iubirea. Cum afli ce ar dori să primească cealaltă persoană? îi pui întrebări şi faci observaţii. Observi ce comentarii face când primeşte daruri din partea celorlalţi membri ai familiei. Ia aminte şi vei descoperi ce fel de daruri apreciază cel mai mult. De asemenea, ascultă ce comentarii face atunci când răsfoieşte un catalog sau când vizionează o emisiune de

teleshopping. Dacă spune: „Mi-aş dori să am una dintre acestea”, notează-ţi obiectul. Poţi, de asemenea, să îi ceri deschis: „Fă-mi o listă cu lucrurile pe care ai vrea să le primeşti dacă aş vrea să-ţi fac un cadou”. Este mai bine să-i oferi un dar pe care l-a cerut decât să-i faci o surpriză cu unul pe care nu şi-l doreşte. Nu toate darurile trebuie să fie scumpe. Un trandafir, câteva bomboane, o felicitare, o carte – oricare dintre acestea îi poate comunica profund iubirea ta unei persoane al cărei limbaj de iubire este *primirea de daruri*.

4. TIMPUL ACORDAT. Acesta înseamnă să acorzi celeilalte persoane atenţia ta neîmpărţită. Nu înseamnă să staţi în aceeaşi cameră şi să vă uitaţi la televizor. Altcineva are parte de atenţia voastră. Ci înseamnă să fiţi în aceeaşi cameră, cu televizorul închis, lăsând orice revistă pe masă, să vă priviţi unul pe altul, să vorbiţi şi să ascultaţi. Ar putea însemna, de asemenea, să faceţi o plimbare împreună, atâta timp cât scopul vostru este să staţi unul cu altul, nu doar să faceţi mişcare. Soţii care merg la restaurant, dar nu stau de vorbă unul cu altul nu vorbesc în limbajul *timpului acordat*. Cei doi şi-au împlinit doar nevoia fizică de mâncare. Timpul de calitate spune: „Fac acest lucru pentru că vreau să fiu cu tine”. Fie că plantaţi ceva în grădină, fie că mergeţi într-o tabără, scopul final este să petreceţi timp împreună. Pe unii oameni, nimic nu-i face să se simtă mai iubiţi decât *timpul acordat*.

5. MÂNGÂIERILE FIZICE. Se cunoaşte de multă vreme puterea emoţională a mângâierilor fizice. Cercetările indică faptul că bebeluşii care sunt mângâiaţi şi îmbrăţişaţi o duc mai bine emoţional decât aceia care trec prin perioade lungi de timp fără să fie atinşi. Fiecare cultură are atingeri potrivite şi nepotrivite între persoane de sex opus. Atingerile potrivite sunt pline de dragoste. Atingerile nepotrivite sunt cele lipsite de respect. Pentru persoana al cărei limbaj principal de iubire este cel al *mângâierilor fizice*, nimic ne este mai grăitor decât atingerile potrivite.

Cum să-ţi descoperi limbajul de iubire

Iată trei metode care să te ajute să-ţi descoperi limbajul principal de iubire. Pentru început, *examinează-ţi propriul comportament*. Cum îţi exprimi, de obicei, iubirea şi apreciera pentru alţi oameni? Dacă întotdeauna îi baţi pe umăr pe ceilalţi sau îi îmbrăţişezi, atunci limbajul tău principal poate fi cel al *mângâierilor fizice*. Dacă eşti generos în a le spune altora cuvinte de încurajare, atunci sunt multe şanse ca limbajul tău de iubire să fie cel al *cuvintelor de încurajare*. Dacă eşti o persoană căreia îi place să ofere daruri, atunci poate că ceea ce îţi doreşti este *să primeşti daruri*. Dacă îţi place să iei masa sau să te plimbi cu un prieten, probabil că limbajul tău de iubire este *timpul acordat*. Dacă întotdeauna cauţi moduri de a-i ajuta pe alţii, se prea poate ca limbajul tău de iubire să fie *serviciile*. Limbajul prin care îţi exprimi dragostea este, aproape sigur, acela în care îţi doreşti să primeşti dragoste.

În al doilea rând, *care sunt lucrurile de care te plângi*? În oricare relaţie interumană, care este nemulţumirea ta cea mai frecventă? Dacă adesea te plângi că ceilalţi nu te ajută, atunci poate că *serviciile* reprezintă limbajul tău de iubire. Dacă îi spui unui prieten: „Noi niciodată nu petrecem timp împreună”, atunci nu faci altceva decât să ceri *timp acordat*. Dacă prietenul tău pleacă într-o călătorie de afaceri şi tu îl întrebi dacă ţi-a adus ceav, îi dezvălui că *primirea de daruri* este limbajul tău principal de iubire. Dacă spui: „Nu cred că m-ai atinge vreodată dacă n-aş face eu primul pas”, spui de fapt că *mângâierile fizice* sunt limbajul tău de iubire. Dacă te plângi: „Niciodată nu fac ceva bine”, nemulţumirea ta indică faptul că ţie îţi vorbesc profund *cuvintele de încurajare*. Plângerile tale dezvăluie ce ţi-ar plăcea cel mai mult să primeşti de la alţi oameni.

În al treilea rând, *care sunt cele mai frecvente cereri*

ale tale? Dacă prietenul tău pleacă întroo călătorie de afaceri şi tu îi spui: „Nu uita să-mi aduci o surpriză”, arăţi că darurile sunt importante pentru tine. Dacă spui: „Ai putea ieşi la o plimbare cu mine diseară?”, ceri să ţi se acorde timp. Dacă soliciţi un masaj la spate, dezvălui faptul că *mângâierile fizice* înseamnă mult pentru tine. Dacă adesea le ceri oamenilor să te ajute, este posibil ca *serviciile* să fie limbajul tău de iubire. Când întrebi: „Am făcut o treabă bună?”, ceri *cuvinte de încurajare*.

Observă cum îţi exprimi de obicei iubirea şi aprecierea faţă de ceilalţi; fă o listă cu nemulţumirile şi cererile tale şi astfel vei putea să-ţi determini propriul limbaj al iubirii. Roagă-l şi pe partenerul tău să răspundă la aceleaşi trei întrebări şi va putea să-şi afle şi el limbajul iubirii. De asemenea, puteţi face testul disponibil gratuit pe site-ul www.5 lovelanguages.com.

Este evident că pentru a învăţa să vorbeşti un limbaj al iubirii diferit de al tău va fi nevoie de efort. Persoanei care n-a crescut primind cuvinte de încurajare îi poate fi greu să le ofere. Cine a crescut într-o familie în care nu se exprimau sentimentele prin atingeri va trebui să înveţe să vorbească limbajul mângâierilor fizice. Vestea bună este că toate aceste limbaje pot fi învăţate şi cu cât le vorbeşti mai mult, cu atât devin mai accesibile.

Limbajul de iubire al soţiei mele este cel al *serviciilor*. Acesta este motivul pentru care dau cu aspiratorul, spăl vasele şi duc gunoiul. Este un preţ mic pe care îl plătesc pentru a păstra vie iubirea. Limbajul meu e reprezentat de *cuvintele de încurajare*. De aceea, nu plec niciodată de acasă fără să primesc de la soţia mea o vorbă bună. Pot spune, fără ezitare, că profunzimea emoţională a iubirii dintre noi este mult mai mare decât în primele zile, când eram animaţi de sentimente euforice. Pentru a păstra vie iubirea romantică într-o căsnicie este nevoie de o tranziţie reuşită de la prima etapă la cea de-a doua. Dacă veţi învăţa fiecare limbajul principal de iubire al celuilalt în perioada de curtare, vă va fi mult mai uşor să faceţi

trecerea. Aceasta este dorinţa mea pentru voi.

d’SĂ STĂM DE VORBĂ đ

1. Care crezi că este limbajul tău principal de iubire? De ce?

2. Dacă eşti într-o relaţie, care crezi că este limbajul de iubire al partenerului tău?

3. Poate v-ar prinde bine să faceţi testul limbajelor de iubire de pe site-ul www.5 lovelanguages.com.

4. Discutaţi despre modul în care aceste informaţii vă pot îmbunătăţii relaţia.

5. Dacă nu ai citit cartea *The Five Love Languages. Singles Edition* [Cele cinci limbaje ale iubirii. Ediţia pentru cei necăsătoriţi], poate aţi dori să o citiţi împreună şi să discutaţi implicaţiile ei în toate relaşiile voastre.

3

Mi-aş dori să fi ştiut…

…că zicala „AŞCHIA NU SARE
DEPARTE DE TRUNCHI”.
nu este un mit

u sugerez că fata cu care te căsătoreşti se va dovedi a… fi exact ca mama ei, nici că bărbatul va fi exact ca tatăl lui. Eu spun doar că amândoi sunteţi influenţaţi într-o mare măsură de părinţii voştri.

Dacă el are un tată dominator şi agresiv verbal, să nu te surprindă dacă în zece ani va avea trăsături similare. Într-o oarecare măsură, toţi suntem produsul mediului în care am crescut. Cercetările arată faptul că oamenii abuzivi au fost aproape întotdeauna abuzaţi când erau

copii

Aţi putea întreba: „Dar nu putem să învăţăm din exemplul lor prost şi să ne schimbăm propriul comportament?” Răspunsul este

«James Garbarino, *Lost Boys*: *Why Our Sons Turn Violent and How We Can Save Them*, New York, Free Press, 1999, p.50.

Afirmativ, iar cuvântul-cheie este „învăţare”. Dacă fiul unui om abuziv nu face paşi specifici pentru a înţelege abuzul – de ce a ajuns tatăl lui să fie astfel şi ce trebuie să facă el pentru a ieşi din acest tipar –, atunci este posibil să-l repete.

Dacă mama unei fete este alcoolică, se ştie că, statistic vorbind, există multe şanse ca să ajungă şi ea la fel. «Cu toate acestea, ea nu este *descântă* să fie alcoolică. Dacă ia măsuri potrivite pentru înţelegerea alcoolismului şi anvaţă alte metode mai constructive de a răspunde la stres şi dezamăgire, ea poate rupe lanţul beţiei. Aşadar, într-o relaţie de curtare, dacă vreunul dintre voi are un părinte cu un stil de viaţă distructiv, este înţelept să se înscrie la un curs, să citească cărţi, să apeleze la consiliere şi să discute cu celălalt partener ceea ce învaţă. Nu ascundeţi aceste probleme sub covor.

Ca să abordăm un ton mai vesel, uită-te la aspectul fizic al părintelui tău de acelaşi sex şi ai toate şansele să te vezi pe tine însuţi peste douăzeci de ani. Dacă tatăl începe să chelească, fiul ar putea foarte bine să arate la fel în douăzeci de ani. Dacă mama este activă şi energică, aşa va fi şi fiica.

De curând, eu şi soţia mea am petrecut o săptămână la plajă cu fiica noastră Shelley, cu soţul ei John şi cu cei doi nepoţi ai noştri. În prima dimineaţă, după micul-dejun, ne-am luat umbrela pe plajă. Ginerele nostru stătea într-un genunchi şi, cu un sfredel, făcea o gaură în pământ ca să ne putem monta umbrela. Cu un zâmbet complice pe buze,

fiica noastră şi-a înmuiat mâna într-o găleată cu apă şi l-a stropit pe soţul ei cu apă rece pe spate. I-am spus:

«Theodore Jacob şi Sheri Johnson, „Parenting Influences on the Development of Alcohol Abuse and Dependence”. *Alcohol Health and Research World*, vol. 21, nr. 3, 1997, p.204 – 209. Pentru informaţii suplimen-tare, vezi pagina web a Asociaţiei Naţionale pentru Copiii Alcoolicilor: www.nacoa.net/impfacts.htm.

— Tu eşti o ilustraţie vie a unei idei din cartea mea – „aşchia nu sare departe de trunchi”. Asta este exact ceea ce ar face şi mama ta.

Mai târziu în cursul zilei, în timp ce John pleca la magazin, Shelley ne-a spus, destul de tare ca să audă şi John:

— Este un soţ minunat.

La fel a spus şi mama ei despre mine în numeroase ocazii. Chiar dacă nu ştiu cât de adevărat este afirmaţia, trebuie să mărturisesc că îmi place să o aud. Şi presimt că şi lui John la fel.

Fie că vorbim despre caracteristici pozitive, fie că e vorba de cele negative, majoritatea dintre noi semănăm cu părinţii noştri mult mai mult decât ne dăm seama. Îmi amintesc de tânărul soţ care mi-a spus: „Ştiam că mama ei nu se machia. Era produsul «generaţiei hippy». Dar nici prin gând nu mi-a trecut vreodată că Julia va lua decizia să nu se mai machieze. Ea se machiază de când o cunosc. Când ieşeam la întâlniri, n-am discutat niciodată despre asta, pentru că nu m-am gândit vreodată că ar fi o problemă. Dar acum, avem aceste discuţii interminabile despre machiaj, cu argumente pro şi contra. Nu cred că voi avea câştig de cauză”.

Tiparele de comunicare sunt un alt domeniu în care tindem să fim ca părinţii noştri. De exemplu, dacă observi că mama ei îl întrerupe adesea pe tatăl ei atunci când acesta vorbeşte şi îi rectifică detaliile poveştii, cum ar fi: „Nu, nu era într-o marţi, ci într-o miercuri” sau „Nu era în

2005, ci în 2006”, te poţi aştepta ca şi fiica lor să facă la fel. Poate că ai observat deja acest comportament şi la prietena ta atunci când vorbeşti. Dacă te deranjează, acum este momentul oportun să vorbeşti despre el. Dacă acest obicei nu se schimbă înainte de căsătorie, el nu va dispărea automat atunci când vă veţi căsători.

Un tânăr mi-a spus: „Mă îngrozesc când sunt în preajma părinţilor ei. Mama ei vorbeşte încontinuu, abia dacă respiră între propoziţii. Povesteşte pe larg, relatând toate detaliile. Mă simt încolţit în prezenţa ei. Nici n-ai cum să ieşi din cameră să bei un pahar cu apă. Văd şi la Annie un comportament asemănător şi mi-e teamă că va deveni ca mama ei. Nu cred că pot face faţă situaţiei”. M-am bucurat să-l aud exprimându-şi această grijă încă de pe vremea când îşi dădeau întâlniri. Pot spune că Annie nu a înţeles prea bine despre ce vorbea el. Aşa că i-am sugerat ca data următoare când avea să fie în prezenţa soacrei lui, pur şi simplu să înregistreze treizeci de minute din conversaţie.

Mai târziu, când a ascultat înregistrarea, Annie şi-a dat seama că mama ei rareori punea întrebări şi că, atunci când întreba ceva, nu-i lăsa celeilalte persoane mai mult de o secundă ca să răspundă, după care revenea cu avalanşa ei de cuvinte. A înţeles acum modul în care un asemenea obicei de a comunica nu numai că putea fi ofensiv, dar putea chiar să înăbuşe dialogul autentic.

Pentru că am crescut cu părinţii noştri, nu ne dăm seama că tiparele lor de comunicare sunt nesănătoase. Pentru noi, pur şi simplu aşa a fost dintotdeauna. Adesea, este nevoie ca cineva din afara familiei să ne atragă atenţia şi să ne ajute să înţelegem de ce acel tipar trebuie schimbat. Fiindcă suntem influenţaţi de tiparele de comunicare ale părinţilor noştri, suntem predispuşi să ni le însuşim. Vestea bună este că aceste tipare de comunicare pot fi schimbate, iar momentul potrivit pentru aceasta este în perioada în care vă daţi întâlniri.

Dacă îi vezi pe mama şi pe tatăl lui certându-se şi

observi că, în cele din urmă, tatăl lui iese din cameră înainte ca soţia lui să-şi termine vorba, te poţi aştepta ca bărbatul cu care te întâlneşti să răspundă în acelaşi mod la certurile voastre, după căsătorie. Cu excepţia cazului în care, desigur, el citeşte această carte şi, împreună, găsiţi un mod mai sănătos de a vă rezolva conflictele.

De asemenea, uită-te la câtă politeţe îşi arată mama şi tatăl tău unul altuia. Tatăl ei deschide pentru mama ei portiera de la maşină? Dacă da, asta va aştepta şi partenera ta de la tine. Când intră în casă, tatăl lui îşi scoate şapca de baseball? Dacă nu, poţi să te aştepţi ca şi fiul lui să facă la fel. Ai auzit-o pe mama ei răspunzând în locul tatălui ei înainte ca acesta să apuce să deschidă gura? Dacă da, te poţi aştepta ca şi fiica ei să facă la fel. Tatăl lui îşi priveşte soţia când îi vorbeşte sau se uită la televizor şi nici nu-i dă vreun răspuns? Orice ar face tatăl, sunt şanse mari ca şi fiul lui să facă la fel. Mama ei îl cicăleşte încontinuu pe tatăl ei să cureţe garajul sau să facă orice alt lucru pe care ea îl aşteaptă de la el? Dacă da, te poţi aştepta la acelaşi lucru şi de la fiica ei.

Tatăl lui este tăcut şi rezervat sau gălăgios şi franc? Mama ei este independentă, luând decizii de una singură şi rareori consultându-se cu soţul ei? Mama ei găteşte? Tatăl lui păstrează maşina curată? Mama ei este casnică sau are carieră? Tatăl lui îşi conduce propria afacere sau lucrează pentru o companie? Tunde el iarba sau angajează pe altcineva să o facă? Mama ei păstrează albume foto şi albume cu tăieturi din ziare? Este extrem de implicată în activităţile bisericii? Dar tatăl lui? Răspunsurile la aceste întrebări îţi vor spune la ce să te aştepţi dacă te căsătoreşti cu persoana cu care acum îţi dai întâlnire. Dacă te deranjează vreunul dintre ele, acum este momentul să discutaţi deschis. Soluţia se află fie în acceptarea acestor trăsături, fie în negocierea unei schimbări.

Adesea, datorită stilului de viaţă mereu pe fugă pe care îl avem astăzi, tinerii care sunt în perioada de curtare

petrec puţin timp cu părinţii partenerului lor. Ei ajung la căsătorie fără o înţelegere clară a modelului parental cu care a crescut celălalt. Chiar şi atunci când fiecare dintre cei doi petrece timp împreună cu părinţii celuilalt, ei nu studiază îndeaproape comportamentul şi tiparele de comunicare ale acestora. Poate că îşi exprimă aprecierea pentru lucrurile pozitive pe care le observă, dar vor avea tendinţa de a ignora tiparele negative de vorbire sau de comportament – pentru că nu-şi pot imagina că persoana cu care îşi dau întâlnire va adopta vreodată acele comportamente negative.

Ce vreau să spun este că partenerul tău sau partenera ta are, cu adevărat, şanse mari să-şi însuşească acele comportamente – cu excepţia cazului în care se acordă o atenţie conştientă şi sunt luate măsuri ferme pentru a-l împiedica pe tânărul adult să alunece în tiparele pe care le-a observat în copilărie.

Acesta este motivul pentru care îi încurajez pe tinerii cu planuri de căsătorie să petreacă timp suficient fiecare împreună cu părinţii celuilalt pentru a le cunoaşte personalitatea, tiparele de comunicare, valorile şi, mai ales, modul în care se relaţionează unul la altul. Acesta este modelul care l-a influenţat într-o mare măsură pe cel cu care îţi dai întâlnire. Dacă observi lucruri care te deranjează, trebuie să le discuţi pe îndelete cu partenerul tău de întâlniri. Dacă îngrijorările tale sunt serioase, trebuie să discutaţi ce paşi veţi face pentru a vă asigura că vechea zicală – „aşchia nu sare departe de trunchi” – nu va deveni o realitate în relaţia voastră.

d’SĂ STĂM DE VORBĂ đ

Pentru el:

1. Fă o listă cu lucrurile care-ţi plac la tatăl tău. Apoi fă o listă cu trăsăturile lui pe care le consideri negative. Dacă domnişoara cu care îţi dai întâlnire a petrecut un timp considerabil cu tatăl tău, cere-i să facă liste

asemănătoare cu lucrurile pe care le-a observat ea la el.

2. Foloseşte aceste liste ca punct de pornire pentru a discuta şi a stabili în ce fel ai dori să fii diferit de tatăl tău.

3. Ce paşi specifici vei urma pentru a face aceste schimbări?

Pentru ea:

1. Fă o listă cu lucrurile care-ţi plac la mama ta. Apoi fă o listă cu trăsăturile ei pe care le consideri negative. În cazul în care bărbatul cu care îţi dai întâlnire a petrecut un timp considerabil cu mama ta, cere-i să facă liste asemănătoare cu lucrurile pe care le-a observat el la ea.

2. Foloseşte aceste liste ca punct de pornire pentru a discuta şi a stabili în ce fel ai dori să fii diferită de mama ta.

3. Ce paşi specifici vei urma pentru a face aceste schimbări?

4

Mi-aş dori să fi ştiut…

…cum să rezolv NEÎNŢELEGERILE
fără CEARTĂ

e vremea când ieşeam la întâlniri, nici nu mi-a trecut… prin minte că vom avea cândva vreo neînţelegere majoră. Mi se părea că eram compatibili în toate domeniile. Eu eram dispus să fac orice îşi dorea ea, iar ea părea dispusă să-mi urmeze sugestiile. Acesta a fost unul dintre lucrurile care m-au atras la ea. Nu mi-a trecut niciodată prin minte că vom ajunge, în cele din urmă, să ne certăm.

Şi totuşi, începând din luna de miere şi continuând în primii ani de căsnicie, ne-am trezit încurcaţi până peste cap cu conflicte. Nu puteam să înţeleg cât de ilogică era

soţia mea, iar ei nu-i venea să creadă că eu puteam fi atâta de dur şi exigent. Şi nu voiam să fiu dur; doar că ştiam că ideea mea era cea mai bună. Desigur, ea avea aceeaşi părere despre ideile ei. Nimeni nu ne spusese vreodată că neînţelegerile sunt o parte normală a oricărei căsnicii. Nu există cupluri căsătorite care să nu dea de conflicte, dintr-un simplu motiv – suntem indivizi. Ca indivizi, avem dorinţe diferite, ne plac şi ne displac lucruri diferite, ne irită şi ne încântă lucruri diferite. De exemplu, am descoperit că lui Karoly îi plăcea să se uite la televizor, pe când eu credeam că televizorul e o pierdere de timp. De ce să nu citesc o carte şi să învăţ ceva? „A învăţat cineva ceva vreodată uitându-se la televizor?” Acesta era punctul meu de vedere. Ea susţinea că privitul la televizor era modul ei de a se relaxa şi că, împotriva opiniei mele, se puteau învăţa multe de la televizor. Astfel, lucrul aceasta a devenit un „punct sensibil” în relaţia noastră, care periodic izbucnea într-o ceartă în toată regula. Odată cu scurgerea anilor, am descoperit tot mai multe puncte sensibile şi căsnicia noastră a devenit o serie continuă de explozii verbale.

În zilele acelea, am adoptat gândul: „M-am căsătorit cu persoana nepotrivită. Cu siguranţă, dacă m-aş fi căsătorit cu cea potrivită, lucrurile nu ar fi stat astfel”. Sunt sigur că şi Karolyn avea aceleaşi gânduri. Mai târziu, discutând cu alte familii mai în vârstă, am descoperit că toate căsniciile au parte de conflicte. Unele cupluri învaţă cum să le rezolve într-o manieră prietenoasă, în timp ce altele recurg la certuri aprinse. Noi, categoric, ne încadram în ultima categorie.

În ultimii treizeci şi ceva de ani, am stat în biroul meu de consiliere şi am ascultat alte familii împărtăşindu-şi frustrarea faţă de un stil de viaţă cu certuri similare celor experimentate de mine şi Karolyn. Din fericire, am putut să le ajut pe multe dintre ele să descopere o cale mai bună. În acest capitol, îţi voi dezvălui câteva dintre ideile pe care le-am împărtăşit şi lor.

În primul rând, trebuie să începem cu acceptarea realităţii că vom avea conflicte. Conflictele nu sunt un semn că te-ai căsătorit cu persoana nepotrivită. Ele pur şi simplu atestă faptul că sunteţi oameni. Toţi avem tendinţa de a presupune că ideile noastre sunt cele mai bune. Ce nu reuşim să recunoaştem este faptul că partenerul nostru de căsătorie are aceeaşi opinie despre propriile idei. Logica lui nu va corespunde logicii tale, iar emoţiile lui nu le vor oglindi pe ale tale. Ideile şi percepţiile noastre asupra vieţii sunt influenţate de istoria, valorile şi personalitatea noastră. Şi aceşti factori sunt diferiţi pentru fiecare dintre noi.

Unele conflicte vor fi majore; altele vor fi minore. Conflictul referitor la modul în care se aşază vasele în maşina de spălat face parte din categoria celor minore. Conflictul cu privire la a avea sau nu un copil face parte, categoric, din liga celor majore. Mari sau mici, toate conflictele au potenţialul de a strica o seară, o săptămână, o lună sau o viaţă întreagă. Pe de altă parte, ele au potenţialul de a ne învăţa cum să ne iubim, să ne susţinem şi să ne încurajăm unul pe celălalt. Acesta din urmă este, de departe, drumul cel mai bun pe care să mergem. Diferenţa constă în modul în care procedăm cu conflictele.

Odată ce ai acceptat realitatea conflictelor, trebuie să descoperi un plan sănătos pentru a le aborda. Un asemenea plan începe cu recunoaşterea nevoii de a asculta. Majoritatea dintre noi, când avem conflicte, simţim nevoia să vorbim, dar vorbitul fără ascultare duce la ceartă. Adevărata nevoie este nevoia de a asculta. Îmi amintesc de o soţie care mi-a spus:

— Lucrul care ne-a ajutat cel mai mult în urma primei noastre şedinţe de consiliere cu dumneavoastră a fost ideea de a cere un „timp de ascultare”. Înainte de asta, îi spuneam întotdeauna soţului meu: „Trebuie să discutăm”. Propoziţia aceasta îl aducea întotdeauna într-o dispoziţie proastă. Acum îi spun: „Când ai chef, aş dori să-ţi cer un timp în care să te pot asculta”. Niciodată nu aşteaptă prea

mult până îmi zice: „Deci, vrei să-mi asculţi părerile, aşa-i?” Eu îi răspund că da şi stabilim un timp pentru ascultare. Cererea unui timp de ascultare creează o cu totul altă atmosferă.

— Şi cum începe timpul vostru de ascultare? Am întrebat eu.

— De obicei, el spune: „Deci, vrei să asculţi? Ce anume?” Apoi îi spun: „Subiectul este cum ne vom petrece Crăciunul” sau orice altă problemă am în minte. Am căzut de acord să discutăm doar câte un subiect odată. El împărtăşeşte ce vrea să facem în concediu, iar eu încerc, cu toată sinceritatea, să înţeleg nu doar sugestiile lui, ci şi de ce face acele sugestii şi cât de importante sunt pentru el. De multe ori, îi pun întrebări de clarificare, precum: „Vrei să spui că ai dori să ne petrecem Crăciunul cu părinţii tăi, pentru că tatăl tău are cancer şi nu ştii dacă va mai trăi până la Crăciunul următor?” După ce i-am pus toate întrebările de clarificare, îi răspund: „E foarte logic ceea ce spui. Înţeleg”.

Apoi, el îmi spune: „Acum că ştii ce am eu în minte, aş dori să avem un timp în care eu să ascult perspectiva ta asupra acestui subiect”. Aşadar, eu îmi împărtăşesc punctul meu de vedere, iar el ascultă şi încearcă să mă înţeleagă. Şi el poate să-mi pună întrebări de clarificare, precum: „Vrei să spui că doreşti să petrecem Crăciunul cu părinţii tăi, pentru că sora ta care locuieşte în California o să fie acolo, iar ea nu vine decât o dată la cinci ani şi n-ai vrea să ratezi această ocazie de a petrece timp cu ea?” După ce mi-a pus toate întrebările şi a ascultat răspunsurile mele, îmi spune: „E logic ceea ce spui. Cred că înţeleg”. Încă nu ne-am rezolvat diferenţele, dar ne-am înţeles unul pe celălalt şi ne-am afirmat reciproc ideile. Nu mai suntem duşmani. Am refuzat să ne certăm. Suntem prieteni şi acum vom căuta o soluşie pentru conflictul nostru.

Ceea ce mi-a descris această soţie a fost metoda pe care am predat-o multor cupluri în biroul meu de

consiliere de-a lungul anilor. Ea se bazează pe conceptul de a arăta un respect autentic faţă de cealaltă persoană, de a-i da libertatea să aibă propriile gânduri, propriile opinii şi propriile raţiuni pentru acestea. Ea constă în a manifesta înţelegere şi a afirma că ideile celuilalt sunt rezonabile. Această metodă îndepărtează atmosfera ostilă în rezolvarea conflictelor şi creează o ambianţă prietenoasă.

După ce pricinile fiecăruia au fost anunţate şi ascultate, sunteţi gata să căutaţi o soluţie pentru acel conflict. Cuvântul-cheie în căutarea unei soluţii este „compromis”. De multe ori, când ne gândim la cuvântul acesta îi ataşăm o conotaţie negativă. Oamenii sunt adesea avertizaţi cu privire la compromiterea valorilor şi a credinţele lor. Şi totuşi, compromisul într-o căsnicie nu numai că este ceva pozitiv, ci şi necesar. Compromisul înseamnă a găsi un loc în care să vă întâlniţi. El cere ca fiecare dintre voi să fie dispus să renunţe la ceva pentru a avea armonia în căsnicie. Dacă, dimpotrivă, amândoi insistăm să fie cum vrem noi, atunci ajungem din nou la ceartă. În căsnicie, nu este loc pentru „placul meu”. Trebuie, în schimb, să descoperim „placul nostru”.

„Ne întâlnim la mijloc”.

În ilustraţia de mai sus, cei doi au căzut de acord că dacă ar lua avionul în loc să meargă cu maşina, ar putea petrece câte trei zile la părinţii fiecăruia în perioada Crăciunului. Însă, aceasta înseamnă că trebuiau să facă rost de banii pentru biletele de avion, care nu erau prevăzuţi de bugetul lor. După ce au schimbat mai multe idei, în final au fost de acord să-şi schimbe planurile pentru vacanţa de vară, în care ar fi vrut să facă o excursie în Caraibe, şi să petreacă, în schimb, o vacanţă mai ieftină în statul în care locuiau. În felul acesta, puteau folosi banii pe care i-ar fi cheltuit în vacanţă pe biletele de avion în vacanţa de Crăciun. Iată care a fost raţionamentul lor:

„Putem merge în Caraibe în alt an, dar anul acesta pare cu adevărat important ca amândoi să fim cu familiile noastre de Crăciun”. Amândoi au fost dispuşi să-şi sacrifice planurile pentru a face ceva care să ducă la armonie între ei în ce priveşte vacanţa de Crăciun. Există întotdeauna o soluţie pentru conflicte. Şi doi oameni care aleg să fie prieteni o vor găsi.

În mod tipic, există trei metode de a rezolva conflictele, odată ce căutaţi rezolvarea. Pe una tocmai am descris-o. găsiţi un loc în care să vă întâlniţi căzând de acord să împliniţi o parte din dorinţa fiecăruia, renunţând amândoi la câte ceva. În ilustraţia de mai sus, fiecare a sacrificat ideea de a petrece o vaenţă întreagă cu părinţii săi. Dar fiecare a primit o parte de ce-şi dorea – întâlnirea cu părinţii şi rudele apropiate în perioada sărbătorilor. Conflictele sunt rezolvate adesea pe această cale. Eu numesc această abordare „ne întâlnim la mijloc”. Ea presupune identificarea unui loc de întâlnire la mijlocul ideilor voastre iniţiale, pe care amândoi să-l consideraţi rezonabil.

„Ne întâlnim de partea ta”.

A doua metodă de rezolvare a conflictelor este ceea ce eu numesc „ne întâlnim de partea ta”. Aceasta înseamnă că după ce ascultaţi fiecare ideile şi sentimentele celuilalt, unul dintre voi decide că, în acea situaţie, este mai bine să faceţi ce are în minte celălalt. Este o sacrificare totală a ideii tale iniţiale, alegând să faci ce doreşte partenerul şi să o faci cu o atitudine pozitivă. Alegi să faci ceea ce doreşte celălalt ca pe un act de iubire, pentru că îţi pasă de el şi realizezi cât de important este pentru el lucrul respectiv. Un soţ mi-a spus: „Am fost de acord să avem un copil după ce mi-a explicat că se apropia de sfârşitul perioadei de fertilitate. Când i-am văzut inima, n-am vrut să-mi asum riscul de a o dezamăgi. Fusesem întotdeauna de acord să avem copii. Dar eu credeam că nu

era momentul potrivit. Am vrut să aşteptăm să avem o situaţie financiară mai bună. Dar pentru că am ascultat-o şi am văzut cât de important era acest lucru pentru ea, am căzut de acord că, în ciuda temerilor mele, ar trebui să dăm curs dorinţei ei şi să încercăm să avem un copil acum. Am avut, şi nu am regretat niciodată acea decizie”. Uneori, decizia de a fi de acord cu ideea celuilalt va implica un mare sacrificiu. Dar dragostea întotdeauna implică un sacrificiu de un fel sau altul.

„Ne întâlnim mai târziu”.

A treia metodă de rezolvare a conflictelor este ceea ce eu numesc „ne întâlnim mai târziu”. Această abordare spune: „În acest moment, nu sunt capabil să fiu de acord în mod sincer cu ideea ta şi nu văd un loc de întâlnire la mijloc. Am putea conveni ca, deocamdată, să rămânem în dezacord în această privinţă? Vom discuta din nou după o săptămână sau după o lună şi vom căuta atunci o soluţie. Între timp, ne vom iubi, ne vom bucura unul de celălalt şi ne vom susţine unul pe celălalt. Acest lucru nu va fi un factor conturbator în căsnicia noastră”. Acesta este un răspuns perfect legitim la un conflict când, pentru moment, nu puteţi găsi o soluţie satisfăcătoare pe termen lung. După o lună, lucrurile ar putea arăta diferit sau v-ar putea veni în minte posibilităţi noi, astfel încât veţi putea face un compromis cu care amândoi să fiţi mulţumiţi.

În unele domenii ale vieţii, „ne întâlnim mai târziu” poate fi o soluţie permanentă, mai eles în acelea în care nu există un răspuns „bun” sau „rău”, fie că e vorba de modul de a strânge tubul de pastă de dinţi sau de a aşeza vasele în maşina de spălat, fie că e vorba de gusturile personale în privinţa modului în care ne amuzăm. În fond, suntem de acord să fim în dezacord cu stabilirea logicii lucrurilor şi alegem o soluţie practică. De pildă, puteţi fi de acord că atunci când încarcă el maşina de spălat vase, o poate face cum vrea el; iar atunci când o încarcă ea, o poate face cum vrea ea. Sau că într-o seară va alege ea filmul, iar în alta,

va alege el.

Cu ajutorul uneia dintre aceste metode, vă puteţi rezolva conflictele. Cheia, bineînţeles, este să creaţi o ambianţă prietenoasă, fiecare enunţându-şi perspectiva şi ascultând-o pe a celuilalt, în loc să vă scuzaţi reciproc de o gândire lipsită de logică. Atunci când învăţăm să ne afirmăm reciproc ideile şi să căutăm soluţii, putem procesa conflictele fireşti dintr-o relaţie de căsătorie şi învăţăm să lucrăm împreună ca o echipă. Mi-aş dori să-mi fi zis cineva cum să fac acest lucru înainte de a ne căsători. Ne-ar fi scutit de ceasuri întregi pierdute în certuri fără rost.

d'SĂ STĂM DE VORBĂ đ

1. Aţi întâmpinat vreun conflict în relaţia voastră în ultimele luni?

2. Cum le-aţi rezolvat?

3. În acest punct al relaţiei voastre, aveţi vreun conflict care a rămas nerezolvat?

4. Memorează următoarele întrebări şi foloseşte-o dată viitoare când aveţi un conflict? „Cum putem rezolva acest conflict în aşa fel încât amândoi să ne simţim iubiţi şi apreciaţi?"

5. Am discutat în acest capitol despre trei metode pozitive de rezolvare a conflictelor:

— „Ne întâlnim la mijloc".

— „Ne întâlnim de partea ta".

— „Ne întâlnim mai târziu".

Aţi folosit de curând vreuna dintre aceste strategii în rezolvarea unui conflict? V-aţi simţit amândoi iubiţi şi apreciaţi?

6. Te poţi gândi la o ilustraţie în care „ne întâlnim mai târziu" sau „de acord să fim în dezacord" ar putea fi o soluţie la unul dintre conflictele voastre?

7. Când aveţi neînţelegeri, cât de bine vă descurcaţi, în opinia ta, să ajungeţi la o soluţie din care amândoi să aveţi de câştigat? Ce trebuie să schimbaţi sau să continuaţi

să faceţi pentru a vă descurca mai bine?

5

Mi-aş dori să fi ştiut…

…că a-ţi cere IERTARE este un semn de TĂRIE

atât meu era un fan al lui John Wayne. A văzut unul… dintre ultimele lui filme, *Adevăratul curaj*, în care Wayne spunea: „Bărbaţii adevăraţi nu-şi cer iertare”. El l-a considerat pe John Wayne un adevărat profet şi l-a luat drept model. Tatăl meu a fost un om bun. Nu era un părinte abuziv. Nu era nici măcar un om mânios. Dar, din când în când, îşi ieşea din fire şi vorbea aspru cu mama mea, iar uneori şi cu sora mea şi cu mine. În cei 86 de ani ai săi, nu-mi amintesc să-l fi auzit vreodată cerându-şi iertare. Aşa că, pur şi simplu, i-am urmat modelul, iar John Wayne a mai câştigat astfel încă un adept.

Nu spun că am luat o decizie conştientă ca niciodată să nu-mi cer iertare. Adevărul este că nu m-am gândit niciodată că ar trebui să-mi cer iertare. Înainte de căsătorie, nu-mi puteam imagina că-i voi face sau spune vreodată soţiei mele ceva care să aibă nevoie de iertare. La urma urmei, o iubeam. Aveam de gând să o fac extrem de fericită şi eram sigur că şi ea dorea acelaşi lucru pentru mine. Dar, după căsătorie, am descoperit o parte din mine despre a cărei existenţă nu ştiusem vreodată. Şi am descoperit că femeia cu care m-am căsătorit avea unele idei pe care eu le consideram de-a dreptul stupide. Şi i-am spus lucrul acesta. Îmi amintesc că i-am spus, pe un ton apăsat şi aspru: „Karolyn, gândeşte puţin. Pur şi simplu, ce spui tu nu are logică”. Vorbele mele declanşau o replică tăioasă şi apoi ne aflam amândoi în cădere liberă.

După astfel de episoade, amândoi ne afundam în tăcere şi nu mai vorbeam unul cu altul câteva ore bune sau, câteodată, zile întregi. După un timp, eu rupeam tăcerea şi începeam să vorbesc cu ea ca şi când nu s-ar fi întâmplat nimic. Ne bucuram de câteva zile sau luni senine, până când veneau din nou cuvintele aspre. Nu-mi dădeam seama pe atunci, dar acum văd limpede. Eu făceam, pur şi simplu, ceea ce a făcut şi tatăl meu. Nu-mi ceream niciodată iertare. În sinea mea, dădeam vina pe ea pentru altercaţiile dintre noi. E inutil să mai spun că, în primii ani nu am avut o căsnicie bună.

La scurt timp după nuntă, m-am înscris la seminar şi am început studiile teologice. Acesta a fost contextul în care am descoperit că asripturile creştine au foarte multe de spus despre mărturisire şi pocăinţă. *Mărturisirea* înseamnă să recunosc că ceea ce am făcut sau n-am reuşit să fac este rău. *Pocăinţa* înseamnă să mă întorc, în mod conştient, de la acel rău şi să caut să fac ce este bine. Mi-a plăcut curajul apostolului Ioan care a spus: „Dacă zicem că n-avem păcat, ne înşelăm singuri şi adevărul nu este în noi. Dacă ne mărturisim păcatele, El [Dumnezeu] este credincios şi drept ca să ne ierte păcatele şi să ne curăţească de orice nelegiuire” (1 Ioan 1: 8 – 9). Am realizat că mă lăsasem înşelat. Faptul că dădeam vina pe Karolyn pentru ieşirile mele era o dovadă că mă înşelam singur. Am găsit o mare alinare personală în mărturisirea păcatelor înintea lui Dumnezeu. Ca să fiu cu totul sincer, mi-a fost mult mai greu să învăţ să-mi mărturisesc eşecurile înaintea lui Karolyn.

Totuşi, în următoarele câteva luni, am învăţat să-mi cer iertare şi am văzut că şi Karolyn era dispusă să mă ierte. În timp, şi ea a învăţat să-şi ceară iertare şi eu i-am oferit-o. După ce am petrecut o viaţă consiliind alte cupluri, sunt convins că nu există căsnicii sănătoase fără cererea şi acordarea iertării. Trag această concluzie din faptul că toţi suntem oameni şi uneori facem şi spunem lucruri care îi jignesc pe alţii. Aceste cuvinte şi acţiuni

lipsite de iubire ridică bariere emoţionale între cei implicaţi. Şi acestea nu dispar odată cu trecerea timpului, ci sunt îndepărtate doar atunci când ne cerem iertare şi cel rănit alege să ne ierte.

Acum câţiva ani, am colaborat cu un alt consilier, dr. Jennifer Thomas, şi am realizat o amplă investigaţie asupra artei de a cere iertare. Le-am pus la sute de oameni două întrebări. Prima: „Când îţi ceri iertare, ce faci sau spui de obicei?" şi a doua: „Când cineva îşi cere iertare de la tine, ce te aştepţi să facă sau să spună?" Răspunsurile lor se încadrează în cinci categorii. Le-am numit „cele cinci limbaje ale scuzelor". Dovada era clară – ceea ce consideră o persoană că înseamnă o cerere de iertare nu este totuna cu ceea ce consideră cealaltă persoană a fi o cerere de iertare. Aşadar, adesea cuplurire dau greş în încercările lor de a-şi cere iertare. El spune: „Îmi pare rău". Ea se gândeşte: „Da, cu siguranţă. Acum, mai vrei să spui ceva?" Ea mai aşteaptă să-şi ceară scuze; el se gândeşte că deja şi-a cerut scuze.

De obicei, noi învăţăm limbajul iertării de la părinţii noştri. Mucuţul Cole o împingea pe scări pe sora lui, Julia. Mama lui îi spune: „Cole, n-o împinge pe sora ta. Du-te şi spune-i că-ţi pare rău". Aşadar, micuţul Cole îi spune Juliei: „Îmi pare rău". La treizeci şi doi de ani, când Cole îşi insultă soţia, este posibil să-i spună: „Îmi pare rău". El face ce l-a învăţat mama lui să facă şi nu înţelege de ce soţia lui nu-l iartă cu uşurinţă. Soţia lui însă a avut o altă mamă. Ea a învăţat-o să spună: „Am greşit. Vrei, te rog, să mă ierţi?" Acestea sunt cuvintele pe care le aşteaptă ea de la Cole. Pentru ea, „îmi pare rău". nu se califică drept cerere de iertare.

Limbajele scuzelor

Iată un mic rezumat al celor cinci limbaje ale scuzelor pe care le-am descoperit în cercetarea noastră.

1. EXPRIMAREA REGRETULUI

„Îmi pare rău”. Ar putea fi foarte bine primele cuvinte din exprimarea acestui limbaj al scuzelor. Totuşi, trebuie să spui pentru ce îţi pare rău. Expresia „îmi pare rău” e mult prea generală spusă doar aşa, de una singură. De pildă, poţi spune: „Îmi pare rău că am venit acasă cu o oră mai târziu. Ştiu că m-ai aşteptat ca să mergem împreună la film. Realizez că deja am pierdut primele treizeci de minute din film şi probabil că nu mai vrei să mergem acum. Mă simt prost că nu am fost mai atent la timp. M-am luat cu munca la birou. E doar vina mea. Simt că te-am dezamăgit profund”.

Dacă ţi-ai ieşit din fire şi ai vorbit aspru, poţi spune: „Îmi pare rău că mi-am ieşit din fire şi am ridicat tonul. Ştiu că am fost foarte aspru şi că te-am rănit profund. Un soţ nu ar trebui să vorbească niciodată în felul acesta cu soţia lui. Simt că te-am înjosit. Mă gândesc cât de rănit m-aş simţi dacă tu mi-ai vorbi astfel. Sunt sigur că te simţi profund rănită şi îmi pare foarte rău pentru aceasta”.

Acest limbaj al iertării este unul emoţional. El urmăreşte să aducă la cunoştinţa celeilalte persoane durerea emoţională pe care o simţi pentru faptul că vorbele sau comportamentul tău au rănit-o profund. Dacă acesta este limbajul scuzelor pentru persoana pe care ai insultat-o, iată ce doreşte ea să ştie: „Înţelegi cât de profund m-a rănit comportamentul tău?” Orice altceva mai puţin decât acest fel de cerere de iertare îi va părea vorbărie goală.

2. ACCEPTAREA RESPONSABILITĂŢII

Acest mod de a cere iertare începe cu cuvintele „am greşit”, după care continuă explicând ce anume a fost greşit în acel comportament. De pildă: „Am greşit când nu mi-am plănuit după-amiaza în aşa fel încât să pot ajunge acasă devreme. Ştiam că trebuie să ieşim în seara asta, dar nu mi-am stabilit ora la care trebuia să fiu acasă ca să putem pleca la timp. A fost vina mea şi am greşit. Nu pot da vina pe nimeni altcineva”.

Persoana care a vorbit aspru îşi poate cere scuze în

felul următor: „Modul în care am vorbit cu tine a fost greşit. Nu a fost o dovadă de iubire sau de bunătate din partea mea să ridic tonul şi să vorbesc aspru cu tine. N-ar fi trebuit să-mi ies din fire. Nu ai nicio vină. Îmi asum responsabilitatea pentru comportamentul meu şi ştiu că a fost unul greşit”.

Persoana care are ca limbaj principal al iertării „acceptarea responsabilităţii” aşteaptă să te audă recunoscând că ai avut un comportament greşit. Pentru ea, a spune „Îmi pare rău” nu va suna niciodată a cerere de iertare. Ea vrea ca tu să fii dispus să-ţi asumi responsabilitatea pentru ce ai făcut sau spus şi să recunoşti că a fost greşit.

3. ÎNDREPTAREA GREŞELII

Acest limbaj al iertării caută să „îndrepte lucrurile”. Un soţ care a uitat de aniversarea nunţii i-a spus soţiei sale: „Ştiu că am dat-o în bară rău de tot. Nu-mi vine să cred că am uitat chiar de aniversarea noastră. Ce fel de soţ ar uita asta? Ştiu că nu pot şterge cu buretele ce-am făcut, dar aş dori să-mi dai şansa să mă revanşez faţă de tine. Vreau să te gândeşti la asta şi să-mi zici ce aş putea face ca să îndrept lucrurile. Putem merge oriunde sau să facem orice vrei tu. Meriţi tot ce e mai bun şi vreau să-ţi ofer asta”. Dacă „îndreptarea greşelii” este limbajul principal al iertării pentru soţia ta, poţi fi sigur că îţi va da o idee despre ce poţi face ca să îndrepţi lucrurile.

Persoana al cărei limbaj principal al iertării e „îndreptarea greşelii” este răspunsul la întrebarea: „Mă mai iubeşti?” Comportamentul tău îi pare atât de lipsit de iubire, încât se întreabă cum este posibil să o iubeşti şi totuşi să faci ceea ce ai făcut. Aşadar, se prea poate ca cererea ei să aibă de-a face cu limbajul ei de iubire. Dacă limbajul ei principal de iubire este cel al *mângâierilor fizice*, ar putea, pur şi simplu, să-şi spună: „Vrei să mă îmbrăţişezi?” sau „Ai vrea să facem dragoste?” Dacă, pe de altă parte, *primirea de daruri* este limbajul ei de iubire, e posibil să-ţi ceară un cadou pe care şi-l doreşte şi care îi va

transmite iubirea ta autentică. Dacă *serviciile* sunt limbajul ei de iubire, îţi poate spune: „Cel mai mare lucru pe care-l poţi face ca să îndrepţi lucrurile este să faci curăţenie în garaj”. Dacă *timpul acordat* este limbajul ei principal de iubire, este foarte posibil să-ţi ceară să petreci un weekend împreună undeva – doar voi doi. Persoana al cărei limbaj de iubire este cel al *cuvintelor de încurajare* îţi va cere să-ţi declari verbal iubirea. Ea poate spune: „Poţi să-mi scrii o scrisoare de dragoste şi să-mi spui de ce şi cât de mult mă iubeşti?” Pentru aceste persoane, cuvintele sunt mai grăitoare decât faptele.

4. ANGAJAMENTUL SINCER

Acest limbaj al scuzelor caută să facă un plan care să prevină recidiva comportamentului greşit. Un bărbat care „şi-a ieşit din fire încă o dată”, i-a spus soţiei sale: „Nu-mi place lucrul acesta la mine. Nu e bine, ştiu că aşa m-am purtat şi săptămâna trecută. Asta trebuie să înceteze. Meriţi ceva mai bun. Mă poţi ajuta cu o idee despre ce pot face ca să mă asigur că acest lucru nu se va mai repeta?” Dorinţa lui de a se schimba îi comunică soţiei sale că el îşi cere iertare cu toată sinceritatea.

Această familie a decis ca Atunci când va simţi că se „aprinde”, soţul să-i spună soţiei: „Scumpa mea, am nevoie de o plimbare. Mă voi întoarce curând”. El se va plimba şi se va calma. La întoarcere, peste jumătate de oră, el îi va spune: „Te iubesc foarte mult şi apreciez că mi-ai dat acest răgaz. Nu vreau să-mi mai ies vreodată din fire în faţă ta. Apreciez că mă ajuţi să învingacest lucru”. În ochii unora, dacă cererea ta de iertare nu include şi o dorinţă de a-ţi schimba comportamentul, atunci nu ţi-ai cerut iertare cu adevărat. Ai putea spune orice altceva, dar pentru aceste persoane nu înseamnă că îţi ceri iertare cu sinceritate. În mintea lor, dacă îţi ceri iertare cu adevărat, vei încerca să-ţi schimbi comportamentul.

5. SOLICITAREA IERTĂRII

„Vrei, te rog, să mă ierţi?” Aceste cuvinte sunt o muzică plăcută pentru urechile persoanei al cărei limbaj

principal al scuzelor este „solicitarea iertării”. După părerea ei, dacă eşti sincer, îi vei cere să te ierte. Asta înseamnă să-ţi ceri iertare. Ai rănit-o şi ea vrea să ştie: „Vrei să fii iertat? Vrei să îndepărtezi bariera ridicată între noi de comportamentul tău?” Solicitarea iertării este ceea ce-i atinge inima şi îi arată că eşti sincer.

Ce am descoperit împreună cu dr. Thomas este că, atunci când cuplurile învaţă să-şi ceară iertare fiecare într-un mod care are valoare pentru cealaltă persoană, iertarea ajunge să fie mult mai uşoară. Atunci când încerci să-ţi ceri iertare, cei mai mulţi oameni vor să ştie dacă eşti sincer. Dar ei îţi judecă sinceritatea în funcţie de cât de mult te apropii de ceea ce este pentru ei o cerere autentică de iertare. Asta înseamnă că trebuie să înveţi să-şi ceri iertare în limbajul lor principal de iertare. Când faci aşa, ei simt că eşti cu adevărat sincer.

Carl învaţă să spună: „Îmi pare rău”.

Să înveţi cum să-ţi ceri iertare într-un mod eficient poate fi dificil. Unii dintre voi s-ar putea să vă regăsiţi în următoarea întâmplare, preluată din cartea noastră *Cele cinci limbaje ale scuzelor*.

Carl, cu gândul la căsătorie, a venit la unul dintre seminarele noastre împreună cu prietene lui, Melinda. După ce au completat chestionarele despre scuze, Melinda i-a spus că lucrul pe care doreşte cel mai mult să-l audă într-o scuză este „îmi pare rău”.

Mai târziu în timpul seminarului, Carl m-a abordat pe mine:

— Ca să fiu sincer, nu ştiu dacă am rostit vreodată acele cuvinte. Nu mi se păreau demne de un bărbat. Am fost întotdeauna învăţat că bărbaţii adevăraţi nu îşi cer niciodată scuze. Cred că este o chestie macho. Nu sunt sigur că pot să spun aceste cuvinte, iar pe Melinda par să o preocupe aceste lucruri. Poate că n-ar fi trebui să completăm chestionarul despre scuze! a glumit el.

— Pe de altă parte, poate că e chiar bine că aţi făcut-o, am replicat zâmbind. Am o întrebare. Ai făcut vreodată în viaţă ceva care să regreţi cu adevărat? Ceva după care să spui „cât mi-aş dori să nu fi făcut acest lucru”?

El a dat din cap şi a spus:

— Da, m-am îmbătat în seara dinaintea înmormântării mamei mele. Aşa că a doua zi am avut o mahmureală teribilă. Nu-mi aduc aminte mare lucru despre înmormântare.

— Cum te-ai simţit după aceea? l-am întrebat.

— Foarte rău, a răspuns Carl. M-am simţit ca şi cum aş fi dezonorat-o pe mama. Moartea ei m-a afectat foarte mult. Am fost întotdeauna apropiaţi şi puteam să vorbesc cu ea despre tot felul de lucruri. Cred că nu încercam decât să-mi înec amarul, dar am băut prea mult. Speram ca oamenii din ceruri să nu ştie ce se petrece aici pe pământ, deoarece nu voiam s-o fac să sufere.

— Să presupunem pentru un moment că oamenii din ceruri ştiu ce se petrece pe pământ şi că mama ta a fost dezamăgită de comportamentul tău şi de ce ai făcut. Şi să mai presupunem că ai avea o şansă să vorbeşti cu ea. Ce i-ai spune?

Ochii lui Carl s-au umezit şi mi-a spus:

— I-aş spune că îmi pare foarte rău că am dezamăgit-o. Ştiu că acela nu era un moment în care să beau. Mi-aş dori să mă pot întoarce în timp şi să pot retrăi acea noapte. Nu m-aş mai duce la bar. I-aş spune că o iubesc mult şi că sper să mă ierte.

Mi-am pus mâna pe umărul lui Carl şi i-am spus:

— Ştii ce ai făcut în acest moment?

A încuviinţat din cap şi mi-a spus:

— Da. Tocmai mi-am cerut scuze mamei mele. Mă simt bine. Oare m-o fi auzit?

— Eu cred că da, i-am spus. Şi mai cred şi că te-a iertat.

— Fir-ar să fie, a replicat el. Nu voiam să plâng, a

spus, ştergându-şi lacrimile de pe obraji.

— Acesta este încă un lucru; ai fost învăţat că bărbaţii adevăraţi nu plâng, nu-i aşa?

— Da.

— Ai primit tot felul de informaţii greşite de-a lungul anilor, Carl, i-am spus. Adevărul este că bărbaţii adevăraţi plâng. Bărbaţii de plastic sunt cei care nu plâng. Bărbaţii adevăraţi îşi cer scuze. Spun chiar şi „îmi pare rău” atunci când îşi dau seama că au făcut să sufere pe cei pe care îi iubesc. Eşti un bărbat adevărat, Carl. Ai demonstrat-o astăzi. Să nu uiţi niciodată. Dacă te vei căsători cu Melinda, tu nu vei fi un soţ perfect, iar ea nu va fi o soţie perfectă. Nu este necesar să fiţi perfecţi ca să ai o căsnicie bună. Dar este necesar să vă cereţi scuze atunci când faceţi lucruri care vă fac să suferiţi. Şi dacă limbajul de bază al scuzelor pentru Melinda presupune să spui „îmi pare rău”, atunci va fi nevoie să înveţi să îl vorbeşti.

— Am înţeles, a răspuns cu un zâmbet. Îmi pare bine că am venit la acest seminar.

— Şi mie, i-am răspuns în timp ce ne despărţeam.

Un an mai târziu, ţineam un seminar în oraşul Columbia, South Carolina. Duminică dimineaţa devreme, mai înainte ca altcineva să sosească, m-am pomenit cu Carl şi Melinda.

— Am venit devreme în speranţa că vom avea ocazia să stăm de vorbă, mi-a spus el. Vrem doar să vă spunem cât de mult a însemnat pentru noi seminarul de anul trecut, când aţi fost în Smmerfield. A fost un moment de cotitură în relaţia noastră. Ne-am căsătorit la trei luni după seminar şi ceea ce am învăţat în acea zi continuă să ne ajute până în ziua de astăzi.

— Nu cred că am mai fi fost căsătoriţi acum, a spus Melinda, dacă nu am fi asistat la acel seminar. Nu m-aş fi gândit că primul an de căsnicie e atât de greu.

— Spune-mi, am întrebat-o, acum Carl ştie cum să-şi ceară scuze?

— O, da. Ştim amândoi, a spus ea. Este unul dintre lucrurile principale pe care le-am învăţat în acea zi – acesta şi cele cinci limbaje ale dragostei. Aceste două lucruri ne-au învăţat să supravieţuim.

Carl mi-a spus:

— N-a fost uşor pentru mine. Dar ziua în care i-am cerut scuze mamei mele a reprezentat o schimbare mejoră pentru mine. Mi-am dat seama cât de important este să fiu onest cu privire la comportamentul meu.

— Care este limbajul dragostei tale? am întrebat-o pe Melinda.

— Serviciile, mi-a răspuns. Şi Carl se pricepe foarte bine la ele. Chiar spală şi împătureşte prosoapele.

Carl a încuviinţat din cap şi mi-a spus:

— Nu m-aş fi gândit niciodată că voi face aşa ceva. Dar trebuie să recunosc, spălatul este mai uşor decât a spune „îmi pare rău”. Dar am învăţat să le fac pe amândouă. Vreau să avem o căsnicie bună. Părinţii mei nu au avut o căsnicie bună şi nici cei ai Melindei. Amândoi vrem să îmbătrânim împreună. De aceea ne-am întors astăzi pentru o şedinţă de împrospătare a cunoştinţelor. Aşteptăm cu nerăbdare să învăţăm lucruri noi.

— Eşti un bărbat adevărat, i-am spus, bătându-l pe umăr

Privind în urmă, la propria căsnicie, mi-aş dori să fi ştiut nu numai importanţa iertării, ci şi cum să îmi cer iertare în mod eficient. M-ar fi scutit de multe zile de suferinţă în tăcere, sperând zadarnic că Karolyn avea să-mi uite vorbele aspre.

d’SĂ STĂM DE VORBĂ đ

1. Îţi aminteşti ultima dată când ţi-ai cerut iertare? Dacă da, ce ai spus?

2. Îţi aminteşti ultima dată când cineva ţi-ai cerut

iertare? Părea sincer? Ai iertat acea persoană? De ce da sau de ce nu?

3. Discutaţi unul cu altul ce anume vă aşteaptă să auziţi într-o cerere sinceră de iertare.

4. În prezent, există vreau lucru pentru care trebuie să-ţi ceri iertare? De ce să nu o faci astăzi?

«Gary Chapman şi Jennifer Thomas, *Cele cinci limbaje ale scuzelor*, trad. Rafael Cristian Cârlig, ed. a II-a, Bucureşti, Curtea Veche Publishing, 2011, p. 141 – 144.

6

Mi-aş dori să fi ştiut…

…că IERTAREA nu este un SENTIMENT

singurul răspuns sănătos la o cerere de iertare este iar… tarea. Dar ce înseamnă să ierţi? Înainte să mă căsătoresc, credeam că iertarea înseamnă să dai drumul durerii şi, astfel, să restaurezi sentimentele de iubire. Mi se părea relativ uşor. Îmi amintesc că, odată, când Karolyn m-a sunat să anuleze o întâlnire cu mine spunând că trebuie să se ducă la cumpărături cu o prietenă, am fost devastat şi m-am supărat pe ea. Cum de s-a putut gândi că e mai important să iasă la cumpărături cu o prietenă decât să iasă cu mine?

Am trăit două zile rănit, cu mânia şi suferinţa mea, până când ne-am reîntâlnit. Încă de la începutul serii, ea m-a întrebat dacă s-a întâmplat ceva. Şi atunci am deschis zăgazurile emoţiilor mele, le-am dat frâu liber şi i-am spus cât de supărat am fost că ea a ieşit la cumpărături cu o prietenă în loc să petreacă timp cu mine.

Când mi-am terminat de afişat sentimentele, ea mi-a

spus, cu toată blândeţea:

— Îmi pare rău. Trebuia să-ţi explic mai pe îndelete. Nici nu se pune problema că nu doream să fiu cu tine. Acela era singurul weekend în care prietena mea avea liber de la lucru şi avea nevoie de ajutorul meu ca să cumpere un cadou pentru ziua de naştere a mamei ei. Ştiam că noi doi putem ieşi în altă seară. Nu am vrut să te rănesc. Aş prefera oricând să fiu cu tine decât să ies la cumpărături. Sper că mă vei ierta.

Ca un prosop care absoarbe apa, cuvintele şi scuzele ei mi-au evaporat toată durerea. Şi am fost copleşit de sentimente calde de iubire. Se terminase. Relaţia noastră era restaurată şi nu m-am mai gândit niciodată la cele întâmplate. Asta înseamnă pentru mine să iert.

Însă, după ce ne-am căsătorit, iertarea părea mult mai dificilă. Într-o seară, la aproximativ şase săptămâni de la nuntă, eu şi Karolyn ne-am trezit prinşi într-o ceartă de toată frumuseţea. În toiul ei, ea s-a îndreptat spre dulap, şi-a luat pelerina, a trântit uşa de la intrare şi a ieşit afară, în ploaia torenţială. Primul meu gând a fost: „De ce nu rămâne să lupte ca un bărbat?” Dar apoi a urmat al doilea: „O, nu. Dacă nu se mai întoarce?” Lacrimile îmi curgeau în voie în timp ce mă întrebam: „Cum de s-a putut ajunge la asta atât de devreme în căsnicia noastră?” Am deschis televizorul şi am încercat să uit toată tărăşenia, dar nu reuşeam nicicum.

După o vreme ce mi-a părut o veşnicie, am auzit uşa deschizându-se şi, când m-am întors, am văzut-o plângând:

— Îmi pare rău că ţi-am întors spatele, dar n-am mai putut suporta. Urăsc să mă cert. Când ai ţipat la mine, am ştiut că trebuie să ies, altfel cearta să înteţea.

Mi-am cerut scuze pentru că ridicasem tonul, dar în inima mea, o învinovăţeam pe ea pentru toată cearta. Am mers la culcare cu spatele unul la altul. A doua zi, după un timp de reflecţie, mi-am cerut iertare mai pe îndelete, iar ea a făcut la fel. Amândoi am spus: „Te iert”. Dar durerea nu s-a evaporat, iar sentimentele calde de iubire nu au

revenit. În următoarele câteva săptămâni, am continuat să retrăiesc episodul. Nu-mi puteam scoate din minte imaginea ei ieşind în ploaie şi zgomotul uşii trântite. De fiecare dată când revedeam scena resimţeam aceeaşi durere.

Ca proaspăt absolvent de facultate, nu făcusem niciodată vreun curs pe tema iertării. Nu-mi amintesc nici să fi văzut vreodată o carte despre iertare. Ştiam doar că declaraţiile noastre de iertare nu restau-raseră sentimentele de iubire. Acum, după mai bine de treizeci de ani de când sunt consilier marital, am învăţat foarte multe despre iertare. În acest capitol, vreau să vă împărtăşesc şi vouă câte ceva. Să începem cu începutul.

Ce este şi ce nu este iertarea?

Iertarea presupune că s-a comis un rău. Supărările nu necesită iertare, ci, mai degrabă, negociere. Însă, atunci când unul dintre voi vorbeşte sau se comportă aspru cu celălalt, este nevoie de o cerere de iertare şi de iertare, dacă vreţi ca relaţia să fie restaurată. Există ofense minore şi ofense majore, dar procesul este întotdeauna acelaşi. Când unul dintre noi îl ofensează pe celălalt, se ridică o barieră emoţională între noi. Barierele sunt îndepărtate prin cereri sincere de iertare şi printr-o iertare autentică. În capitolul anterior, am vorbit despre cum să ne cerem iertare cu sinceritate. Acum, vom vorbi despre ce înseamnă să iertăm.

În scrioturile ebraice şi creştine, există trei cuvinte evreieşti şi patru cuvinte greceşti traduse cu „a ierta”. Ele sunt sinonime, cu diferite nuanţe de sens. Ideea de bază este „a trece cu vederea” sau „a înlătura”. Când vorbeşte despre iertarea oferită nouă de Dumnezeu, Biblia spune: „cât este de departe răsăritul de apus, atât de mult depărtează El fărădelegile noastre de la noi” (Psalmul 103: 12). Iertarea înlătură bariera şi anulează pedeapsa. Dumnezeu nu ne mai cere să plătim pentru fărădelegea

noastră. Când ne cerem iertare cu adevărat şi solicităm iertarea Lui, El ne iartă şi nu ne mai trage la răspundere niciodată pentru acea greşeală.

Suntem învăţaţi să ne iertăm unul pe altul la fel cum ne iartă Dumnezeu pe noi. Aşadar, iertarea nu este un sentiment, ci o decizie. Este decizia de a oferi har, în loc de a cere dreptate. Iertarea înlătură barie-rele şi face posibilă dezvoltarea relaţiei.

Poate că voi putea explica mai bine ce este iertarea dacă vă împărtăşesc patru lucruri pe care ea nu le realizează.

Mai întâi, *iertarea nu ne şterge memoria*. I-am auzit pe unii oameni spunând: „Dacă nu ai uitat, nu ai iertat”. Această afirmaţie este falsă. Creierul uman înregistrează toate experienţele, bune şi rele, plăcute şi neplăcute. Psihologii au explicat că mintea omului are două compartimente. Unul se numeşte conştient, iar celălalt, subconştient. Conştientul este alcătuit din lucrurile de care eşti conştient în acest moment. De pildă, eu sunt deplin conştient că în acest moment stau pe un scaun. Dacă vreau, vă pot împărtăşi privelişte a şi sunetele din jurul meu. Subconştientul adăposteşte experienţele trecute, care sunt depozitate în fişiere mintale.

Unele informaţii curg liber din subconştient în conştient. La un moment dat, putem alege să trecem în conştient informaţii din subconştient. De pildă, dacă mă întrebi: „Ce ai mâncat azi dimineaţă?”, aş putea să pătrund în subconştient şi să îţi spun că am mâncat cereale Cheerios cu afine. Înainte să-mi pui întrebarea, nu mă gândeam în mod conştient la micul-dejun. Dar, la dorinţa mea, am putut extrage acea informaţie.

Alte experienţe sunt îngropate adânc în subconştient şi poate fi dificil să le aducem în conştient, chiar şi depunând efort. Pe de altă parte, uneori amintirile sar din subconştient în conştient fără a fi solicitate. Acest lucru se întâmplă adesea cu cele dureroase. Chiar şi după ce ai ales

să ierţi comportamentul celuilalt şi să înlături bariera, amintirea evenimentului poate reveni în conştient şi, odată cu ea, revin şi sentimentele dureroase şi, probabil, mânia. Dacă îţi aminteşti un lucru nu înseamnă că nu ai iertat. Înseamnă, pur şi simplu, că eşti om şi că îţi aminteşti o experienţă dureroasă.

Cum procedăm cu aceste amintiri dureroase? Sugestia mea este să le aduci înaintea lui Dumnezeu şi să-l spui: „Tată, Tu ştii ce-mi amintesc şi ştii şi ce simt acum. Dar îţi mulţumesc pentru că toate acestea au fost iertate. Acum, ajută-mă să fac astăzi ceva care să îmbunătăţească relaţia noastră". În această rugăciune, îţi afirmi decizia de a ierta şi cauţi să încurajezi dezvoltarea relaţiei pe viitor.

În al doilea rând, *iertarea nu îndepărtează toate consecinţele răului comis*. De pildă, o mamă a strâns bani pentru o operaţie. Fiul ei îi fură şi-i cheltuie pe droguri. Dacă el îşi cere sincer iertare, ea îl poate ierta – dar asta nu recuperează şi banii pierduţi. Un tată îşi părăseşte soţia şi copiii. Douăzeci de ani mai târziu, se întoarce să-şi ceară iertare. Ei îl pot ierta – dar acest lucru nu le dă înapoi cei douăzeci de ani pe care i-au pierdut. Soţul, în mânia lui, îşi abuzează fizic soţia şi îi fracturează maxilarul. El îşi poate cere iertare cu toată sinceritatea, iar ea îl poate ierta – dar maxilarul ei rămâne fracturat.

Orice comportament al nostru are consecinţe. Cel pozitiv are consecinţe pozitive. Cel negativ, consecinţe negative. Iertarea nu îndepărtează toate consecinţele comportamentului greşit.

În al treilea rând, *iertarea nu reconstruieşte încrederea*. Un soţ care i-a fost infidel soţiei sale a încheiat aventura şi şi-a cerut iertare de la soţia lui. Ea mi-a spus în biroul de consiliere: „Cred că l-am iertat, dar nu am încredere în el. Asta mă face să mă întreb dacă l-am iertat cu adevărat". În realitate, iertarea nu restabileşte, de la sine, încrederea. Încrederea este acea certitudine intuitivă că cineva este o persoană integră. Încrederea este distrusă

într-o relaţie în care un partener este infidel. Când nu-ţi păstrezi angajamentele faţă de mine, îmi pierd încrederea în tine. Nu mai am certitudinea că mă vei trata cu dreptate şi onestitate. Atunci, cum se reconstruieşte încrederea? Schimbându-ţi comportamentul şi dovedindu-te demn de încredere. Dacă văd că îţi îndeplineşti promisiunile o perioadă de timp mai îndelungată şi că eşti deschis şi cinstit în toate interacţiunile dintre noi, voi ajunge din nou să am încredere în tine.

Când consiliez o familie în care unul dintre soţi a fost infidel sexual şi caută acum să-şi reconstruiască viaţa de căsnicie, îi recomand celui vinovat ca, după ce-şi cere sincer iertare şi o capătă, să-i dea voie partenerului să-i verifice toate domeniile de activitate. Asta înseamnă că îşi va pune la dispoziţia partenerului său carnetul de cecuri, computerul, telefonul şi toate celelalte surse de informare. Prin aceasta, el comunică: „Nu am nimic de ascuns; mi-am schimbat cu adevărat comportamentul şi vreau să fiu din nou vrednic de încrederea ta”. Cu această atitudine deschisă şi cu un stil de viaţă integru, încrederea poate fi restaurată. Aşadar, iertarea nu restaurează de la sine încrederea, dar face loc posibilităţii de a o recâştiga.

În al patrulea rând, *iertarea nu sfârşeşte întotdeauna în reconciliere*. Cuvântul „recenciliere” înseamnă „a aduce din nou în armonie”. Reconcilierea necesită rezolvarea diferenţelor, găsirea unor noi modalităţi de a face lucrurile, soluţionarea conflictelor din trecut şi deprinderea muncii în echipă. De cât timp este nevoie pentru a fi reconciliaţi? Asta depinde în mare măsură de durata în care aţi fost „în dizarmonie”. La unii poate dura doar câteva ore; la alţii, poate dura luni întregi. Pentru unii, va fi nevoie de ajutorul unui consilier experimentat, pentru că cei doi nu au abilităţile necesare reconstruirii relaţiei. Ce spun eu este că iertarea nu aduce automat armonie în relaţie. Totuşi, ea face posibilă reconcilierea.

Am început acest capitol spunând că iertarea este

singurul răspuns sănătos la o cerere de iertare. Dacă alegem să nu iertăm, bariera rămâne şi cei doi se înstrăinează. Timpul, de unul singur, nu va vindeca relaţia. Vindecarea necesită decizia de a ierta. Şi iertarea face posibilă dezvoltarea relaţiei pe mai departe.

Doresc să închei acest capitol punând încă o întrebare: Ce se întâmplă atunci când persoana care te-a rănit nu-şi cere iertare? Abordarea cea mai potrivită la care poţi recurge este să o confrunţi, în dragoste, cu vina ei, sperând că îşi va cere iertare şi că o vei putea ierta. Dacă nu reuşeşti din prima, îţi sugerez să mai faci o a doua şi o a treia încercare. O cerere de iertare spune: „Preţuiesc această relaţie şi vreau să rezolvăm această problemă”. Refuzul de a-ţi cere iertare comunică: „Nu preţuiesc această relaţie şi mi-e totuna dacă rămânem înstrăinaţi”. Nu putem forţa pe cineva să-şi ceară iertare, dar putem să propunem pacea şi să ne arătăm dispuşi să iertăm. Dacă, în ultimă instanţă, acea persoană nu doreşte să restaureze relaţia, o poţi încredinţa, împreună cu durerea şi mânia ta, lui Dumnezeu. Nu lăsa ca lipsa ei de dispo-nibilitate pentru rezolvarea problemei să-ţi facă viaţa un iad. Este nevoie de doi oameni pentru a construi o relaţie pozitivă, sănătoasă.

Dacă aş fi ştiut înainte să mă căsătoresc ceea ce v-am împărtăşit în acest capitol, aş fi fost un om mult mai iertător. Mi-aş fi înţeles şi mi-aş fi gestionat sentimentele într-o manieră mai sănătoasă. Aş fi ştiut că iertarea nu înlătură toată durerea, nici nu restaurează automat sentimentele de iubire. Dar iertarea este primul pas în procesarea durerii şi în restaurarea iubirii. Nu există căsnicii sănătoase făr’ cereri sincere de iertare şi fără iertare autentică. Dacă învăţaţi cum să vă cereţi iertare şi cum să iertaţi, veţi avea la îndemână două dintre elementele majore în construirea unei căsnicii reuşite.

d’SĂ STĂM DE VORBĂ đ

1. Există vreo persoană pe care trebuie să o confrunţi

într-un mod iubitor? Ce te împiedică să o faci?

2. Există vreo persoană pe care încă n-ai iertat-o? Ce te împiedică să o faci?

3. Ce bariere există între tine şi o persoană iubită? Ce vei face pentru înlăturarea acestor bariere?

4. Când cineva îţi cere iertare, cât de uşor îţi este să ierţi? De ce?

7

Mi-aş dori să fi ştiut…

…că TOALETELE
nuse cu RĂŢĂ SINGURE

a casa părintească, unde am crescut, toaleta nu era… niciodată murdară. Dar niciodată nu mi-a trecut prin minte că cineva trebuia să o cureţe. Nici acum nu ştiu dacă acel cineva era mama sau tatăl meu. N-am văzut niciodată pe nimeni curăţând toaleta. La două săptămâni după ce eu şi Karolyn ne-am căsătorit, m-am înscris la şcoala postuniversitară şi am lociut în campusul universităţii. Era un apartament mic, dar curat şi drăguţ. Trei săptămâni mai târziu, am observat că toaleta avea pete de murdărie. (Între timp, aflasem că toaletele trebuie curăţate. Ajunsesem totuşi în şcoala postuniversitară.) I-am pomenit despre asta lui Karolyn şi ea mi-a spus:

— Ştiu. Mă întrebam când aveai de gând să o cureţi.

— Să o curăţ?! am spus. Am crezut că tu ai s-o cureţi. Eu nu ştiu cum să curăţ o toaletă.

— Ei bine, dă-mi voie să te învăţ, s-a oferit ea.

— Nu putem cumpăra ceva care să o cureţe automat când tragi apa? am întrebat eu.

— Chestiile astea nu-s bune de nimic, a răspuns ea. Sunt o risipă de bani.

Înainte de căsătorie, nu m-am gândit niciodată că voi ajunge într-o zi să fiu un „curăţător de toalete”. De fapt, am devenit atât de bun la asta, încât, în al doilea semestru, m-am angajat cu jumătate de normă la o firmă de curăţat toalete. Şi am mers de la un beneficiar la altul, curăţând toalete. După ce am primit instruire profesională, curăţarea micii noastre toalete din micul nostru apartament era o nimica toată.

Permite-mi să-ţi pun o întrebare personală. Dacă şi când te vei căsători, cine crezi că va curăţa toalete din apartamentul sau casa voastră? La şedinţele de consiliere premaritală, am descoperit că majoritatea bărbaţilor cred că soţia va curăţa toaleta, în vreme ce majoritatea femeilor cred că soţul o va curăţa. În lipsa unei consilieri premaritale, majoritatea cuplurilor nici măcar nu se gândesc vreodată cine va curăţa toaleta, iar la trei săptămâni după nuntă, descoperă şi tinerii însurăţei că toaletele nu se curăţă singure.

Cine ce face?

Ridic această problemă nu pentru că mă preocupă în mod deosebit curăţarea toaletei. Ci pentru că mă preocupă foarte mult faptul că veţi intra în căsnicie fără să fi discutat vreodată *cine* şi *ce* face după ce vă căsătoriţi. Este ceea ce sociologii numesc „roluri maritale”. Confuzia asupra rolurilor este unul dintre cele mai problematice aspecte ale căsniciilor contemporane. În generaţiile anterioare, când soţul era cel care susţinea financiar familia, iar soţia era doar gospodină, exista puţină confuzie cu privire la cine ce aveau de făcut. Însă, în lumea de azi, unde majoritatea tinerelor soţii au propriile cariere, acestea se aşteaptă ca soţii lor să fie implicaţi semnificativ în treburile casnice. Dacă voi doi nu discutaţi şi nu cădeţi de acord cine ce va face, veţi descoperi că acest lucru este o sursă majoră de conflict în primele luni de căsnicie.

Sunt mai mulţi factori care intră în joc când discutaţi

despre rolurile maritale. Mai întâi, amândoi aţi crescut având modele diferite. O tânără soţie mi-a spus: „Tatăl meu dădea cu aspiratorul în toată casa în fiecare sâmbătă dimineaţa, înainte să spele maşina. Acum, soţul meu se aşteaptă ca eu să dau cu aspiratorul şi vrea să duc maşina la spălat într-o spălătorie auto. Nu pot să cred că m-am căsătorit cu un om atât de leneş”. Soţul ei mi-a spus: „La noi acasă, mama dădea cu aspiratorul. Nu mi-a trecut prin minte că soţia mea s-ar putea aştepta vreodată să fac eu lucrul acesta. Iar în ce priveşte maşina, e o chestiune de eficienţă. De ce să pierd două ore în fiecare sâmbătă spălând maşina, când o pot spăla într-o spălătorie auto în trei minute, pentru 3 dolari? Noi nu spălam niciodată maşina acasă. O dată la trei luni, plăteam 12 dolari pentru o spălare completă la o spălătorie. Nu înţeleg de ce pentru ea este atât de important lucrul acesta”.

Era important pentru ea deoarece, în mintea ei, el nu era un soţ responsabil. Aşteptările ei n-aveau sens pentru el fiindcă, în familia în care a crescut, el a avut un model diferit. Unul dintre exerciţiile pe care le folosesc în consilierea premaritală este să-i cer femeii să facă o listă cu toate lucrurile pe care tatăl ei le făcea pe lângă casă şi o listă cu toate responsabilităţile care îi reveneau mamei ei. Îi cer bărbatului să facă acelaşi lucru. Oadtă ce listele sunt gata, le examinăm împreună pentru a vedea unde seamănă sau diferă modelele lor parentale. Apoi, îi cre cuplului să aibă o discuţie serioasă despre aspectele în care se aşteaptă ca mariajul lor să se asemene sau să difere de modelele parentale. A ignora sau a nega influenţa modelelor parentale asupra propriilor aşteptări este un semn de imaturitate. Un cuplu matur îşi va împărtăşi ce deschidere şi sinceritate aşteptările şi, acolo unde cei doi au opinii diferite, vor negocia o înţelegere cu privire la rolurile maritale înainte să se căsătorească.

De unde vin aceste idei?

O altă influenţă asupra modului în care percepi rolurile mari-tale este propria ta filosofie despre masculinitate şi feminitate. Aceasta răspunde la întrebarea: „Ce face un bărbat şi ce face o femeie într-o căsnicie?” Răspunsul la această întrebare este influenţat în mare măsură de experienţa educaţională. De pildă, dacă ea a studiat într-o universitate în care a avut dascăli feminişti militanţi, atunci este posibil să aibă opinii foarte puternice despre ce face şi ce nu face o femeie într-o căsnicie. De cealaltă parte, dacă a studiat într-o universitate religioasă conservatoare, este posibil să aibă idei foarte diferite despre rolul femeii în căsnicie. De asemenea, educaţia şi credinţele lui religioase îi vor influenţa foarte mult filosofia despre rolurile bărbatului şi ale femeii în căsnicie. A ignora aceste filosofii adânc înrădăcinate în voi sau a crede că iubirea voastră le va contracara influenţa este o nebunie. Dacă nu puteţi negocia aceste diferenţe înainte de căsătorie, ele vă vor inhiba foarte mult abilitatea de a cultiva unitatea conjugală.

Dacă el se simte jenat ca prietenii lui să afle că spală vasele, iar ea crede că spălatul vaselor este un semn de masculinitate, atunci spălatul vaselor va deveni o sursă de stres emoţional în relaţia lor. Dacă ea crede ferm că o soţie nu ar trebui să gătească singură, iar el, pe de altă parte, nu are nici în clin, nici în mânecă cu gătitul, cei doi trebuie să negocieze o înţelegere înainte de căsătorie. Ori îşi schimbă ea opinia, ori se înscrie el la un curs de gătit în cadrul facultăţii locale. Filosofia ta despre masculinitate şi feminitate influenţează foarte mult aşteptările tale în ce priveşte rolurile maritale.

La ce vă pricepeţi cel mai bine?

Cu aceasta, am ajuns la cel de-al treilea factor care vă va influenţa opiniile legate de atribuţiile fiecăruia dintre voi, iar adevărul este că fiecare dintre voi aveţi abilităţi diferite. Când vine vorba de prepararea mâncării, unul

dintre voi se poate pricepe să găsească cele mai bune oferte la cumpărături, pe când celălalt cumpără, pur şi simplu, ingredientele necesare pentru gătit. Unul poate fi priceput la copt, iar celălalt, la făcut grătar. Unul ştie să şteargă praful de pe mobilă, în timp ce celălalt nici măcar nu-l observă. Unul ştie să copilească arbuştii şi să amenajeze curtea, pe când celălalt este complet pe dinafară. Unul este expert în calculatoare, în timp ce celălalt de abia se descurcă să trimită e-mailuri.

Nu este nevoie să avem acelaşi set de abilităţi, dar este important să recunoaştem că avem abilităţi diferite şi să căutăm să le folosim în beneficiul relaţiei noastre. Într-o echipă de fotbal, cei unsprezece jucători au acelaşi obiectiv, dar nu joacă acelaşi rol. Antrenorul urmăreşte să-i pună pe fiecare în poziţia pe care crede că o poate acoperi cel mai bine. Principiul acesta ar trebui să fie de ajutor şi în determinarea rolurilor maritale.

Ce ne face plăcere – şi ce nu

Al patrulea factor în găsirea unui numitor comun cu privire la atribuşiile fiecăruia este simplul fapt că fiecare dintre voi are lucruri care îi fac plăcere şi lucruri care îi displac. Pentru ea, poate fi o sarcină uşoară să gestioneze banii şi să ţină evidenţa finanţelor, pe când, pentru el, acestea pot fi un chin. Amândoi ştiu să adune, să scadă şi să ţină evidenţa, dar unuia îi place să facă aceste lucruri, iar celuilalt, nu. Pentru el, poate fi o provocare revigorantă să dea cu aspiratorul; pentru ea, poate fi o corvoadă. Ei îi poate face plăcere să plătească facturile lunare; lui i se poate părea ceva extrem de apăsător. Un pas important în procesul de determinare a rolurilor maritale este să ne asigurăm că ştim ce îi place şi ce îi displace fiecăruia. La modul ideal, ar fi frumos ca fiecare dintre voi să facă ceea ce îi face plăcere. Dar dacă niciunuia dintre voi nu-i place să facă un lucru, este evident că cineva trebuie să accepte responsabilitatea pentru acea sarcină care nu este

neapărat plăcută. Oricum, o parte din procesul de decizie cu privire la cine ce face este să ţineţi seama de lucrurile care îi plac şi de cele care îi displac fiecăruia dintre voi.

Un exerciţiu practic

Acum doresc să vă ofer un exerciţiu care vă va ajuta nu numai să decideţi cine va curăţa toaleta, ci şi cine va face toate celelalte lucruri necesare. Dacă te gândeşti serios la căsătorie, fă o listă cu toate lucrurile care-ţi vin în minte ce trebuie făcute pentru a întreţine o gospodărie. Fii atent să incluzi vehiculele, cine va face cumpărăturile, cine va găti, cine va spăla rufele şi cine va da cu aspiratorul. Cere-i logodnicului sau logodnicei tale să facă o listă similară. Apoi, comparaţi listele şi combinaţi-le astfel încât să aveţi o listă completă care să includă tot ce aţi scris fiecare dintre voi.

Copiază lista, să o aveţi în două exemplare şi, fiecare, separat, citiţi lista şi puneţi-vă iniţialele în dreptul acelor puncte despre care credeţi că vor fi responsabilitatea voastră. Dacă credeţi că responsabilitatea va fi împărţită, puneţi iniţialele amândurora, dar subliniaţi-o pe a aceluia care va avea responsabilitatea principală. După ce aţi făcut acest lucru, puneţi deoparte o seară pentru a vă trece în revistă răspunsurile şi a vedea unde sunteţi de acord şi unde nu, în ceea ce priveşte persoana cu responsabilitatea principală pentru fiecare punct din listă. Acolo unde sunteţi în dezacord, este nevoie de negociere. Împărtăşiţi-vă fiecare motivele pentru alegerea făcută. Fiţi cât se poate de deschişi şi sinceri în expunerea motivaţiilor voastre pentru respectiva alegere. După ce v-aţi ascultat în mod empatic unul pe altul, căutaţi să ajungeţi la o înţelegere în ceea ce priveşte persoana care îşi va asuma responsabilitatea respectivă. (Dacă nu vă puteţi înţelege înainte de căsătorie, ce vă face să credeţi că veţi reuşi după aceea?)

Efectuând acest exerciţiu nu înseamnă că sunteţi

legaţi de responsabilităţile acelea pentru tot restul vieţii – după şase luni de căsnicie, este posibil să doriţi să renegociaţi unele puncte din listă. Înseamnă, mai degrabă, că veţi intra în căsnicie cu o înţelegere mai bună asupra aşteptărilor pe care le aveţi unul de la celălalt. Dacă faceţi acest exerciţiu şi ajungeţi la o înţelegere cu privire la cine ce va face, veţi fi scutiţi de multe conflicte şi viaţa va decurge mult mai armonios pentru amândoi.

d'SĂ STĂM DE VORBĂ đ

1. Dacă ai crescut împreună cu tatăl tău, ce responsabilităţi şi-a asumat el în familie?
2. Ce responsabilităţi şi-a asumat mama ta?
3. Dacă te gândeşti serios la căsătorie, efectuează exerciţiul de mai sus.

8

Mi-aş dori să fi ştiut…

…că avem nevoie de un PLAN
de gestionare a BANILOR

e vremea când eu şi Karolyn ne întâlneam şi, mai… târziu, când am decis să ne căsătorim, nu mi-a trecut deloc prin minte că va fi nevoie să discutăm despre cum ne vom gestiona finanţele. Niciunul dintre noi n-avea bani. La o adică, amândoi eram proaspeţi absolvenţi de facultate. În timpul facultăţii, amândoi am stat la cămin. Nu închiriasem niciodată vreun apartament, nu achitasem niciodată vreo factură pentru curent, nu plătisem niciodată pentru o maşină şi rareori îmi cumpărasem haine. Lucram cu jumătate de normă pentru a-mi plăti cheltuielile cu facultatea. După primul an, părinţii mei au avut bunătatea

să-mi cumpere o maşină şi să-i plătească asigurarea. Hainele pe care le purtam erau primite cadou de la familia mea, cu ocazia Crăciunului sau a aniversărilor zilei mele de naştere. Karolyn avea o experienţă similară, doar că, înainte să se înscrie la facultate, ea lucrase cu normă întreagă timp de un an, avusese propriul apartament şi îşi plătise singură facturile.

Singurul plan financiar pe care-l aveam era acela cp ea căzuse de acord să lucreze cu normă întreagă, în timp ce eu mă focalizam în întregime pe studiile mele postuniversitare. Planul acesta a ţinut două luni. Slujba lui Karolyn îi impunea să înceapă lucrul la 5: 30 a.m. Ea nu este o persoană matinală. Starea ei de sănătate se înrăutăţea văzând cu ochii şi amândoi am fost de acord că planul acesta nu funcţiona. Am decis să ne căutăm amândoi slujbe cu jumătate de normă, după-amiaza. Foarte curând, ea a fost angajată de unul dintre profesorii mei de la facultate, iar eu mi-am găsit un post la o bancă locală. Niciunul dintre noi nu câştiga mulţi bani, dar cât câştigam era destul ca să ne plătim chiria şi utilităţile pentru apartamentul nostru de studenţi, să cumpărăm benzină pentru maşină, precum şi să punem mâncare pe masă. Niciunul dintre noi nu şi-a cumpărat vreo haină timp de trei ani. După ce mi-am terminat studiile şi am început să lucrez pentru prima dată cu normă întreagă, aveam impresionantul profit de 150 de dolari.

În acei ani, n-am avut neînţelegeri din cauza banilor, pentru că nu aveam bani. Atâta timp cât un cuplu cade de acord să facă anumite sacrificii pentru o vreme cu scopul atingerii unui obiectiv bine definit, în cazul nostru absolvirea studiilor postuniversitare, şi atâta timp cât venitul existent este suficient pentru acoperirea nevoilor, cei doi au puţine şanse să întâmpine conflicte pe seama banilor. Acestea au apărut, în cazul nostru, abia după ce am început „să facem bani”.

Noi încă nu discutasem vreodată un plan de gestionare a banilor noştri. După trei ani de sacrificii,

amândoi eram entuziasmaţi să cheltuim. Însă noi gândeam diferit cu privire la ce şi când aveam de cumpărat. Fără să avem un plan la îndemână, finanţele au devenit pentru noi ceea ce au devenit pentru multe cupluri – un câmp de luptă. N-am să vă plictisesc cu amănuntele ciocnirilor noastre. Ce vreau să subliniez este că, dacă ne-am fi făcut un plan înainte de nuntă, acesta ne-ar fi scutit de multe certuri inutile. Am să vă împărtăşesc în cele ce urmează un plan simplu de gestionare a banilor, care a ajutat mii de familii să evite starea conflictuală în domeniul finanţelor. Să începem cu începutul.

„Banii noştri”: crearea unităţii

Prima piatră de temelie în elaborarea unui plan financiar este să cădeţi de acord că, după căsătorie, nu vor mai fi „banii mei” şi „banii tăi”, ci „banii noştri”. În centrul căsniciei stă dorinţa de unitate. „La bine şi la greu”, noi intenţionăm să trăim viaţa împreună. Implicaţia este că ne vom pune veniturile în comun şi că vom lucra ca o echipă pentru a decide ce să facem cu banii noştri. Apropo, asta înseamnă şi că datoriile lui şi datoriile ei vor deveni „datoriile noastre” şi că avem responsabilitatea de a face un plan pentru achitarea acestor datorii. Mai înseamnă, de asemenea, că economiile lui şi economiile ei vor deveni „economiile noastre”. Dacă nu eşti pregătit pentru acest fel de unitate, atunci nu eşti pregătit pentru căsătorie.

Economii, dărnicie, cheltuieli

Al doilea pas în elaborarea unui plan financiar este să cădeţi de acord asupra unui procent din venitul vostru pe care îl veţi economisi, dărui şi cheltui. În esenţă, cu banii nu puteţi face decât trei lucruri: să îi economisiţi, să-i dăruiţi sau să-i cheltuiţi. Stabilirea procentului pe care îl veţi aloca fiecărei categorii în parte este un pas important în eleborarea unui plan financiar.

De-a lungul anilor, am încurajat cuplurile să adopte „planul 10 – 10 – 80”. Economisiţi şi investiţi 10% din venitul vostru net. Primul scop al economisirii este să aveţi fonduri de urgenţă în caz de boală sau de pierdere a slujbei. Al doilea scop al economisirii este să aveţi cu ce amortiza orice card de credit sau de consum aţi putea avea. Al treilea scop al economisirii este să achiziţionaţi anumite lucruri importante, precum o casă sau o maşină. (Economiile pentru pensie fac parte, în mod normal, din pachetul oferit de angajator. Eu încurajez din toată inima tinerele familii să participe la planul de pensionare oferit de angajatorii lor.)

Un alt procent de 10% este pentru dărnicie. Scopul dărniciei este de a-ţi exprima recunoştinţa pentru ceea ce primeşti. Tradiţiile iudaice şi creştine din vechime încurajează dăruirea a 10% din venit. Cei mai fericiţi oameni din lume nu sunt aceia care au cei mai mulţi bani, ci aceia care au învăţat se gpsească satisfacţie în a da bani pentru ajutorarea altora. Un text creştin vechi spune: „Este mai ferice să dai decât să primeşti” (Faptele apostolilor 20: 35).

Pentru mine şi Karolyn, dăruirea a 10% din venitul nostru nu a fost niciodată un motiv de conflict. Amândoi învăţaserăm principiul acesta de la părinţi şi îl practicasem fiecare în parte. Astfel, am fost de acord fără reţinere că aceasta avea să fie modelul nostru de dărnicie. Niciunul dintre noi nu a regretat vreodată această decizie. Însă, dacă acest concept este străin pentru unul dintre voi, va fi nevoie de discuţii şi de negociere pentru a găsi un punct de întâlnire. Dacă nu puteţi fi de acord cu dăruirea a 10%, atunci cu cât puteţi fi de acord? Procesul de negociere şi de punere de acord înainte de căsătorie vă va scuti de conflicte pe acest subiect după căsătorie.

Restul de 80%

Rămân, deci, 80% pentru a fi împărţiţi între plata

ipotecii (sau a chiriei), utilităţi, asigurare, mobilă, hrană, haine, transport, medicamente, recreaţie etc. Este decizia voastră cum îi distribuiţi. Cu cât cheltuiţi mai mult pe locuinţă, cu atât va trebui să cheltuiţi mai puţin în alte domenii. Greşeala pe care o fac majoritatea familiilor tinere este să cumpere o casă a cărei întreţinere le depăşeşte venitul.

Este dificil de preconizat, înainte de căsătorie, costurile exacte pentru locuinţă şi utilităţi şi pentru toate celelalte aspecte enu-merate mai sus. Am încurajat adesea cuplurile care au planuri de căsătorie să-şi caute un cuplu care are în jur de trei ani de căsnicie şi locuieşte într-un apartament sau casă asemănătoare cu ce intenţionează să cumpere sau să închirieze. Rugaţi-i să vă comunice, cu aproximaţie, la cât se ridică cheltuielile pentru locuinţă şi utilităţi. Poate că vor fi dispuţi chiar să vă dea o listă cu toate celelalte cheltuieli pe care le-au avut. Acest lucru vă va da o idee realistă cu privire la ce v-ar putea aştepta. Un principiu frecvent întâlnit este acela de a nu cheltui mai mult de 40% din venitul net… pentru locuinţă şi utilităţi.

Cumpărăturile isteţe nu sunt de ignorat. Dincolo de glumele pe care le auzim despre soţia care cheltuie 5 dolari pe benzină până la un magazin de unde cumpără produse la preţ de producător economisind 2 dolari, cumpărătorul înţelept poate realiza economii substanţiale. Genul acesta de cumpărături necesită timp şi energie. Este nevoie de efort şi de mult discernământ. Dar beneficiul se va vedea în faptul că vor rămânea bani în plus pentru alte nevoi sau dorinţe. Stăpânirea artei cumpărăturilor avantajoase merită tot efortul depus. Pentru ajutor practic despre cum să faci cumpărături cu înţelepciune, vezi *The Little Book of Big Savings* [Cărticica marilor economii]

O altă chestiune extrem de importantă care trebuie discutată de fiecare cuplu este cumpărarea cu cardul de credit. Dac-aş avea

«Ellie Kay, *The Little Book of Big Savings*, Colorado

Springs, Waterbrook Press 2009.

un steguleţ roşu, l-aş flutura aici. Mass-media strigă din toate colţurile: „Cumpără acum, plăteşti mai târziu”. Ce nu se spune este că, dacă acum cumperi cu bani pe care nu-i ai, mai târziu vei plăti mult mai mult. Există o gamă largă de dobânzi la conturile curente. Multe se află în categoria 18%-21%. Trebuie să citiţi şi ce scrie cu litere mici. Creditul este un privilegiu pentru care trebuie să plăteşti, iar costurile nu sunt aceleaşi pentru toate planurile de creditare.

Un principiu pe care să-l urmaţi, în caz că aveţi un card de credit, ar fi să-l folosiţi doar pentru urgenţe (tratamente medicale) şi necesităţi (reparaţii la maşină, aparate casnice importante). După aceea, să realimentezi contul cât mai repede posibil. Nu folosi niciodată cardul pentru cumpărături neesenţiale – mai bine economiseşte şi plăteşte în numerar. Unii consilieri financiari sugerează cuplurilor să nu deţină niciodată un card de credit. Însă, indispensabilul punctaj FICO «îţi poate acorda un scor mai mic dacă nu ai folosit un card de credit. Acest lucru poate fi o problemă atunci când te pregăteşti să cumperi o casă, o maşină sau un aparat casnic mare.

Cardul de credit este, pentru multe cupluri, un carnet de membru în „societatea celor frustraţi financiar”. El încurajează cumpărăturile din impuls, iar majoritatea dintre noi avem mai multe impulsuri decât ne putem permite să urmăm. Ştiu că aceste carduri de credit pot ajuta la ţinerea socotelilor şi că, dacă sumele creditate sunt rambursate prompt, taxele sunt minime. Totuşi, majoritatea cuplurilor vor cheltui mai mult şi îşi vor prelungi perioada de rambursare a creditului dacă folosesc cu regularitate carduri de credit.

De ce cumpărăm pe credit? Pentru că vrem *acum* ceea ce nu putem plăti acum. În achiziţionarea unei case, aceasta ar putea fi o mişcare financiară înţeleaptă. Oricum am fi nevoiţi să plătim chirie. Dacă este bine aleasă, valoarea casei va creşte. Dacă avem

«Gradul de solvabilitate a creditelor, întâlnit la cel mai cunoscut sistem de creditare din Statele Unite (n.tr.).

bani pentru a plăti acontul şi ne putem permite ratele lunare, o astfel de achiziţie este înţeleaptă. Pe de altă parte, majoritatea lucrurilor pe care le cumpărăm nu îşi măresc valoarea. Valoarea lor începe să scadă din ziua în care le-am achiziţionat. La cumpărăm înainte să ni le putem permite. Plătim preţul de cumpărare, plus dobânda pe credit, în timp ce produsul în sine se devalorizează constant.

Ştiu că există anumite „necesităţi" în societatea noastră, dar de ce s-ar gândi un cuplu tânăr că este musai să obţină în primul an de căsnicie ceea ce părinţilor lor le-a luat treizeci de ani ca să agonisească? De ce trebuie să aveţi acum tot ce este mai mare şi mai bun? Cu o asemenea filosofie, eli-minaţi bucuria aspiraţiei şi a obţinerii. Necesităţile vieţii sunt relativ puţine. Ele pot fi asigurate cu veniturile actuale. (Dacă eşti şomer, societatea noastră îţi oferă ajutor. Şi cei mai săraci din Statele Unite ale Americii pot avea lucrurile necesare vieţii.) Nu am nimic împotrivă dacă aspiraţi la mai mult şi la mai bine, dacă aceste „lucruri" pot fi folosite spre bine. Dar vă sugerez să trăiţi în prezent, nu în viitor. Lăsaţi bucuriile de mâine să fie pentru realizările de mâine. Astăzi, bucuraţi-vă de lucrurile pe care le aveţi astăzi.

De câţiva ani de zile, eu şi soţia mea jucăm un joc care a ajuns să ne placă. Se numeşte: „Hai să vedem la cât de multe lucruri putem renunţa, lucruri pe care toată lumea le consideră absolut necesare vieţii". Totul a început pe vremea când îmi făceam studiile postuniversitare, de nevoie, dar jocul ne-a prins şi am continuat să-l jucăm.

Jocul funcţionează cam aşa: Vineri sau sâmbătă seara, mergeţi împreună la un supermarket şi plimbaţi-vă printre rafturi, uitându-vă la tot ce vă fură ochii. Citiţi eticheta fiecărui produs şi discutaţi despre cât de fascinant este, după care vă întoarceţi unul spre celălalt şi spuneţi:

„Ce bine că noi nu avem nevoie de lucrul acesta”. Apoi, în vreme ce alţii ies afară cu braţele încărcate, voi ieşiţi mână în mână, încântaţi că nu aveţi nevoie de lucruri ca să fiţi fericiţi. Recomand din toată inima acest joc tuturor cuplurilor proaspăt căsătorite.

O altă idee practică ce poate preveni multe tragedii este să faceţi o înţelegere cum că niciunul dintre voi nu va face vreo achiziţie majoră fără să se consulte cu celălalt. Scopul consultării este să ajungeţi la un acord în privinţa respectivei achiziţii. Termenul *achiziţie majoră* trebuie să aibă stabilită o valoare concretă. De pildă, cei doi pot cădea de acord ca niciunul dintre ei să nu cumpere vreodată un lucru care costă mai mult de 100 de dolari fără o astfel de înţelegere. Este adevărat că multe crose de golf şi veioze ar rămâne pe rafturi dacă tinerele familii ar urma acest principiu. Dar la fel de adevărat este şi că multe familii ar fi mult mai fericite.

Cine ţine evidenţa banilor?

Ultima sugestie pe care aş vrea să v-o dau este să decideţi înainte de căsătorie cine va ţine evidenţa finanţelor după ce vă căsătoriţi. Persoana care „ţine evidenţa” este persoana care plăteşte facturile lunare şi supraveghează conturile bancare on-line. Tot ea urmăreşte să fiţi amândoi în pas cu planul de cheltuieli asupra căruia aţi căzut de acord. Asta nu înseamnă că cel ales să ţină socotelile are şi responsabilitatea de a lua deciziile financiare majore. Asemenea decizii trebuie luate împreună.

Dacă aţi stabilit ca unul dintre voi să fie contabil, asta nu înseamnă că va rămâne pentru totdeauna. Dintr-un motiv sau altul, vă puteţi decide, după primele şase luni, că ar fi mult mai înţelept ca celălalt partener să preia această responsabilitate. Dacă cei doi discută în amănunt despre finanţe, de obicei va fi evident care dintre ei este mai competent în acest domeniu.

În orice caz, asiguraţi-vă că cel care nu ţine evidenţa finanţelor ştie, de asemenea, cum să o facă şi că ştie tot ce este de ştiut despre diferitele conturi curente şi de economii. Amintiţi-vă că sunteţi o echipă şi că ambii membri trebuie să fie la curent cu toate detaliile financiare.

Dorinţa mea este ca ideile pe care vi le-am împărtăşit în acest capitol să vă ajute să discutaţi în detaliu şi să ajungeţi la o înţelegere asupra planului financiar pe care-l veţi urma odată ce vă veţi căsători. Mi-aş dori ca cineva să-mi fi spus, înainte să ne căsătorim, că avem nevoie de un plan financiar. Cred că i-aş fi urmat sfatul.

d'SĂ STĂM DE VORBĂ đ

1. Ce plan financiar ai în prezent? (Cum îţi foloseşti banii?) Fii cât se poate de detaliat. Dacă ai planuri de căsătorie, cere-i partenerului tău să facă acelaşi lucru.

2. Dăruieşti 10% din venitul tău?

3. Economiseşti sau investeşti în vreun fel cel puţin 10% din venitul tău?

4. Discută punctele 2 şi 3 cu viitorul tovarăş de viaţă şi stabiliţi împreună ce veţi face după ce vă căsătoriţi.

5. Începeţi să faceţi fiecare în parte ceea ce aţi plănuit să faceţi după ce vă căsătoriţi. Adică, dacă aţi stabilit de comun acord ca după căsătorie să economisiţi 10% din veniturile voastre, începeţi să faceţi asta cât încă nu sunteţi căsătoriţi. (Administrarea voastră din prezent este un bun indicator în ceea ce priveşte conştiinciozitatea cu care vă veţi urma planul după căsătorie.)

6. Dacă sunteţi logodiţi, declaraţi-vă fiecare bunurile de care dispuneţi şi obligaţiile pe care le aveţi. Analizaţi-vă în mod realist datoriile şi resursele.

7. Elaboraţi împreună un plan de achitare a datoriilor pe care le veţi avea când veţi fi căsătoriţi.

8. Elaboraţi împreună un plan de cheltuire a banilor

voştri după ce veţi fi căsătoriţi. Pentru aceasta, veţi avea nevoie de informaţii despre costurile ce ţin de locuinţă şi utilităţi.

9. Discutaţi şi urmăriţi să ajungeţi la o înţelegere precum că niciunul dintre voi nu va face vreodată o achiziţie majoră fără să se consulte cu celălalt. Dacă nu există un acord – nu se face nici achiziţia! (Stabiliţi ce înseamnă în bani o „achiziţie majoră”.)

10. Cine va ţine evidenţa finanţelor? De ce?

9

Mi-aş dori să fi ştiut…

…că ÎMPLINIREA sexuală
RECIPROCĂ nu vine de la sine

cesta a fost un alt domeniu al vieţii de căsnicie în care… nu m-am aşteptat niciodată la dificultăţi. Eu eram un bărbat matur; ea era o femeie matură – şi între noi exista un nivel ridicat de atracţie sexuală. Ce altceva ne mai trebuia? Mă aşteptam ca acest aspect al căsniciei să fie un paradis pentru amândoi. După nuntă, am descoperit că ceea ce este paradis pentru unul poate fi un iad pentru celălalt.

Nimeni nu mi-a spus că bărbaţii şi femeile sunt diferiţi. Cunoşteam, desigur, diferenţele fizice evidente, dar nu ştiam mai nimic despre sexualitatea feminină. Credeam că avea să-i placă la fel de mult ca şi mie; că va vrea să o facem la fel de des ca şi mine; şi că ceea ce-mi producea mie plăcere avea să-i producă şi ei. Repet: nu ştiam aproape nimic despre sexualitatea feminină. Şi am descoperit că ea ştia puţine despre cea masculină.

Dacă aş fi citit ceva pe acest subiect, aş fi descoperit că vechile scripturi ebraice aveau dreptate când spuneau

că unui cuplu proaspăt căsătorit îi trebuie un an de zile ca să înveţe împlinirea sexuală reciprocă (Deuteronom 24: 5). Din nou, am fost luat pe nepregătite de lipsa mea de cunoştinţe. Ce urmează să vă împărtăşesc în acest capitol este ceea ce mi-aş dori să fi ştiut despre sex înainte să mă căsătoresc.

În primul rând, era bine să fi ştiut că bărbaţii se concentrează asupra actului sexual, iar femeile se concentrează asupra relaţiei. Dacă relaţia a fost zdruncinată prin vorbe aspre sau printr-un comportament nesăbuit, femeii îi va veni foarte greu să se gândească la sex. Pentru ea, sexul este un act intim şi are loc numai într-o relaţie plină de dragoste. În mod ironic, bărbaţii cred adesea că actul sexual va rezolva toate problemele de relaţie care ar putea exista. O soţie mi-a spus: „El vorbeşte cu mine aprins de mânie. Jumătate de oră mai târziu, îmi spune că-i pare rău şi mă întreabă dacă putem face dragoste. Zice: «Lasă-mă să-ţi arăt cât de mult te iubesc.» El crede că sexul va îndrepta toate lucrurile. Ei bine, se înşală. Nu pot face sex cu un bărbat care m-a abuzat verbal”.

Atunci când un soţ se aşteaptă ca soţia lui să fie dispusă pentru un act sexual, după ce între ei a avut loc o altercaţie, el aşteaptă, de fapt, ceva imposibil. O cerere sinceră de iertare şi iertarea autentică trebuie să preceadă experienţa unirii trupeşti.

Un alt mod de a exprima această realitate este că, pentru femei, actul sexual începe în bucătărie, nu în dormitor. Dacă el vorbeşte limbajul ei de iubire în bucătărie, ea este mult mai disponibilă sexual când ajung în dormitor. Dacă limbajul ei de iubire este cel al *serviciilor*, atunci spălatul vaselor şi dusul gunoiului pot fi pentru ea adevărate stimulente sexuale. Îmi amintesc de un soţ care mi-a spus: „Dacă ştiam că ducând gunoiul eram sexy pentru soţia mea, aş fi dus gunoiul de două ori pe zi. Nimeni nu mi-a spus vreodată asta”.

Pe de altă parte, în cazul în care *cuvinte de încurajare* sunt limbajul ei de iubire, atunci un compliment pentru masă sau pentru cât este de frumoasă va stârni în lăuntrul ei dorinţa de a avea intimitate sexuală cu el. Acelaşi principiu este adevărat oricare ar fi limbajul de iubire al partenerului tău. Dacă un soţ poate avea o experienţă sexuală satisfăcătoare cu soţia lui chiar şi atunci când „rezervorul lui de iubire" nu este plin, pentru soţie acest lucru ar fi extrem de dificil.

În al doilea rând, mi-aş dori să fi ştiut că, pentru soţie, *preludiul* este mai important decât actul sexual propriu-zis. Dacă femeilor le place să fiarbă la foc mic, bărbaţii tind să atingă punctul de fierbere mult mai rapid. Ea îşi doreşte să facă sex datorită atingerilor delicate şi săruturilor din timpul preludiului. Dacă soţul se grăbeşte să ajungă la final, ea va rămâne cu sentimentul: „Ce trebuia să fie atât de special în asta?" Fără un preludiu satisfăcător, soţia se va simţi adesea violată. O soţie mi-a spus: „Eu vreau să mă simt iubită. Pe el nu-l interesează decât actul sexual propriu-zis".

În al treilea rând, mi-aş dori să fi ştiut că împlinirea sexuală reciprocă nu necesită climaxul simultan. În mare parte din cauza filmelor moderne, multe cupluri intră în căsnicie cu ideea că „de fiecare dată când vom face sex, vom avea orgasm simultan şi va fi un paradis pentru amândoi". Realitatea este că, într-un cuplu, cei doi rareori ajung la climax sau la orgasm simultan. Important este ca fiecare dintre voi să experimenteze plăcerea orgasmului. Aceasta nu trebuie să fie simultană. De fapt, multe soţii preferă mai degrabă să ajungă la orgasm în timpul preludiului. Când el îi stimulează clitorisul oferindu-i plăcerea orgasmului, atunci soţia este pregătită ca soţul să încheie actul sexual şi să experimenteze şi el plăcerea orgasmului. Aşteptarea nerealistă a orgasmului simultan le-a produs multor cupluri o anxietate inutilă.

În al patrulea rând, mi-aş dori să fi ştiut că atunci când cineva îi impune partenerului său un anume act

sexual, acela încetează să mai fie un act de iubire şi devine un abuz sexual. Adevărata iubire caută întotdeauna să producă plăcere partenerului. Ea nu cere niciodată partenerului să facă ceva ce acesta consideră a fi inacceptabil. Dacă nu vă înţelegeţi cu privire la un anumit fel de exprimare sexuală, atunci este nevoie să comunicaţi şi să negociaţi. Dacă nu puteţi ajunge la un acord, atunci iubirea respectă dorinţele partenerului care obiectează. A încălca acest principiu înseamnă a sabota împlinirea sexuală reciprocă.

În al cincilea rând, mi-aş dori să fi ştiut că sexul este mai mult decât actul în sine. Prin însăşi natura lui, sexul este experienţa unei legături. Este unirea dintre un bărbat şi o femeie la modul cel mai intim. Nu înseamnă doar împreunarea a doua trupuri. El presupune unirea trupului, a sufletului şi a duhului. Eu cred că din acest motiv creştinismul şi majoritatea celorlalte religii ale lumii limitează sexul în perimetrul căsniciei. Actul sexual este menit să fie experienţa *unică* a legăturii care uneşte un soţ şi o soţie într-o relaţie intimă de o viaţă. Dacă este privit doar ca o cale de eliberare a tensiunii sexuale sau de a experimenta o clipă de plăcere sexuală, el încetează să-şi atingă scopul pentru care a fost conceput. Şi, în cele din urmă, devine un act monden de egoism. De cealaltă parte, când este privit ca un act de iubire prin care ne exprimăm în cel mai profund mod devotamentul unul faţă de celălalt, actul sexual duce la împlinire sexuală reciprocă.

În al şaselea rând, mi-aş dori să fi ştiut că întotdeauna comunicarea este cheia care deblochează împlinirea sexuală. Într-o cultură saturată de discuţii explicete despre sex, mă uimeşte cât de des intră în biroul meu de consiliere cupluri care nu au învăţat niciodată să discute despre acest domeniu al vieţii lor de căsnicie. Dacă vreunul dintre ei a încercat să vorbească, acest lucru a fost interpretat adesea ca un act de condamnare şi respingere. Cei doi s-au concentrat mai mult pe *a spune* decât pe *a asculta*. Singura cale de a afla ce îi produce plăcere

celuilalt sau ce este inacceptabil pentru el este să ascultăm atunci când el alege să vorbească. Nimeni nu poate citi gândurile. Iată de ce eu mi-am petrecut o bună bucată din viaţă încurajând cuplurile să înveţe cum să asculte empatic.

Ascultarea empatică înseamnă să asculţi, încercând să înţelegi ce gândeşte şi ce simte cealaltă persoană. Care sunt dorinţele şi frustrările ei? Adesea, am încurajat cuplurile tinere să-şi pună această întrebare o dată pe lună în primele şase luni de căsnicie: „Ce pot face sau ce ar trebui să evit pentru ca latura sexuală a căsniciei noastre să fie mai bună pentru tine?” Notează-ţi răspunsul celuilalt şi ia-l în serios. Dacă vei face acest lucru în primele şase luni de la căsnicie, te vei îndrepta spre împlinirea sexuală reciprocă.

În al şaptelea rând, mi-aş dori să fi ştiut că trecutul nu rămâne niciodată în trecut. În cultura actuală a dezinhibiţiilor sexuale, multe cupluri au fost active sexual înainte de căsătorie. Ideea vehiculată de obicei este că experienţa sexuală dinainte de căsătorie te pregăteşte mai bine pentru căsătorie. Toate cercetările indică doar contrariul. În realitate, rata divorţurilor în rândul cuplurilor cu experienţă sexuală premaritală este de două ori mai mare decât în rândul celor care nu au avut vreo experienţă sexuală înainte de căsătorie. «Realitatea este că experienţa sexuală premaritală ajunge adesea să fie o barieră psihologică în calea atingerii unităţii sexuale în căsnicie.

Cultura noastră ne învaţă că sexul înainte de căsătorie este recreativ şi că, odată ce te căsătoreşti, poţi, pur şi simplu, să ştergi catastiful cu buretele, să te angajezi să fii fidel sexual partenerului tău şi totul va fi bine. Totuşi, catastiful psihologic nu este atât de uşor de şters. Cuplurile se luptă deseori cu dorinţa de a cunoaşte trecutul sexual al partenerului şi, odată aflat, acesta ajunge uneori o amintire foarte greu de şters. Când vine vorba de căsătorie.

«Vezi William G. Axinn şi Arland Thorton, „The Relationship Between Coabitation and Divorce: Selectivity or casual influence?” în *Demography*, 29, 1992, p.357 – 374; şi Zheng Wu, „Premarital Coabitation and Postmarital Co-habitation Union Formation”, în *Journal of Family Issues*, 16, 1995, p.212 – 232.

O relaţie exclusivă este dorinţa extrem de profund înrădăcinată în psihicul uman. Şi ce dureros când ne gândim că partenerul nostru a avut intimitate sexuală cu altcineva.

Eu consider că este mult mai bine să abordaţi experienţele sexuale din trecut înainte de căsătorie. Atunci când păstrăm tăcerea asupra acestui subiect şi intrăm în căsnicie fără să fi discutat activităţile noastre sexuale din trecut, aproape întotdeauna trecutul găseşte o cale de a erupe în prezent. Când lucrul acesta se întâmplă după căsătorie, conştienţa înşelăciunii este adesea mult mai dificil de depăşit decât activitatea sexuală propriu-zisă.

Dacă cunoaşterea adevărului cu privire la experienţele sexuale anterioare nu vă ajută să găsiţi vindecare şi acceptare înainte de căsătorie, atunci sfatul meu este să amânaţi căsătoria până când rezolvaţi problema de unii singuri sau, poate, cu ajutorul unui consilier. Dacă nici aşa nu ajungeţi la vindecare şi la acceptarea trecutului, atunci părerea mea este că ar fi înţelept să vă anulaţi planurile de căsătorie. Dacă vă luptaţi cu această problemă, vă încurajez să citiţi cartea *The Invisible Bond*: *How to Break Free from Your Sexual Past* [Legătura invizibilă: Cum să scapi de trecutul tău sexual]”, care vă va furniza ajutor suplimentar pentru o abordare constructivă a trecutului.

Sper că ideile pe care vi le-am împărtăşit în acest capitol vă vor ajuta să intraţi în căsnicie cu o viziune mult mai realistă despre cum să găsiţi împlinirea sexuală reciprocă. Mai am o ultimă sugestie. În primul an de căsnicie, citiţi şi discutaţi împreună o carte despre sexul

marital. Veţi găsi câteva recomandări în secţiunea cu resursele de la sfârşitul acestei cărţi.

«Barbara Wilson, *The Invisible Bond*: *How to Break Free from Your Sexual Past*, Colorado Springs, Multnomah Publishers, 2006.

d'SĂ STĂM DE VORBĂ đ

1. Cum ai descrie perspectiva culturii actuale asupra sexului?

2. În ce aspecte eşti de acord şi în ce aspecte nu eşti de acord cu această perspectivă?

3. Cercetările arată că în rândul cuplurilor care au relaţii sexuale înainte de căsătorie rata de divorţ este mai mare decât în rândul celor care nu au întreţinut relaţii sexuale premaritale. De ce crezi că ar fi adevărat acest lucru?

4. Cât de mult din trecutul tău sexual i-ai împărtăşit persoanei cu care te întâlneşti?

5. Dacă vă gândiţi serios la căsătorie, vă recomand să citiţi cartea *The Gift of Sex* [Darul sexului], scrisă de Clifford şi Joyce Penner

«Clifford şi Joyce Penner, *The Gift of Sex*, Nashville, W Publishing Group, 2003.

10

Mi-aş dori să fi ştiut…

…că prin CĂSĂTORIE
Intram într-o FAMILIE

acă mai crezi că după nuntă veţi fi doar voi doi, te… înşeli. Te căsătoreşti într-o familie, la bine sau la greu. Familia ei nu dispare a doua zi după nuntă. Poate că părinţii voştri vă pot acorda câteva zile în care să vă petreceţi singuri luna de miere, dar, după aceea, se aşteaptă să facă parte din vieţile voastre. În unele culturi neoccidentale, implicarea parentală este mai pronunţată şi mai făţişă. În unele cazuri, mireasa trebuie chiar să se mute cu soţul ei în casa părinţilor lui şi locuieşte acolo toată viaţa. La o adică, zestrea a fost plătită şi ea aparţine familiei lui. Mama lui o va învăţa cum să fie nevasta de care el are nevoie. În cultura occidentală, relaţiile cu familia de alianţă nu sunt foarte strict formalizate, dar sunt, fără îndoială, reale.

De mai bine de treizeci de ani, cuplurile care au venit în biroul meu s-au plâns de următoarele lucruri:

— „Mama lui vrea să-mi spună cum să gătesc. Gătesc de zece ani. N-am nevoie de ajutorul ei”.

— „Tatăl ei nu mă place. Le spune prietenilor săi că fiica lui s-a căsătorit cu cineva inferior ei. Presupun că ar fi vrut să fiu doctor sau avocat. Nu am curajul să-i spun că eu, lucrând ca instalator, fac mai mulţi bani decât oricare dintre ei”.

— „Sora şi mama lui nu mă includ niciodată în activităţile lor sociale. O invită pe soţia fratelui său, dar pe mine, niciodată”.

— „Fratele ei este dependent de sport. Nu avem mai nimic în comun. Cred că sunt ani buni de când a pus mâna pe o carte şi nu dă doi bani pe politică”.

— „Tatăl ei este contabil. De fiecare dată când suntem împreună, îmi dă sfaturi despre cum să ne gestionăm banii. Sincer să fiu, de obicei nu sunt de acord cu sfaturile lui, dar încerc să fiu amabil”.

— „Fratele soţului meu îi spune întotdeauna ce să facă. Este eu pentru ani mai mare decât soţul meu. Presupun că încă încearcă să fie fratele mai mare, dar pe

mine mă deranjează că soţul meu este atât de influenţat de sfaturile fratelui său. Dacă am o părere diferită, el întotdeauna ţine partea fratelui său”.

— „Părinţii soţiei mele îi dau bani să-şi cumpere lucruri pe care noi nu ni le permitem. Mă irită lucrul acesta. Mi-aş dori să ne lase să ne conducem singuri viaţa”.

— „Părinţii soţului meu vin în vizită fără să anunţe şi se aşteaptă ca noi să lăsăm totul baltă şi să stăm cu ei. Începe să fie foarte iritat. Nu vreau să-i supăr, dar aş prefera să ne sune înainte şi să vadă dacă este un timp convenabil pentru a ne vizita”.

Atunci când te căsătoreşti, devii parte a unei familii extinse. Aceasta poate include mamă, tată, mamă vitregă, tată vitreg, fraţi, surori, fraţi şi surori vitrege, unchi, mătuşi, verişori, nepoate, nepoţi, copii vitregi şi poate un fost soţ sau o fostă soţie. Nu poţi ignora această familie extinsă. Ei nu se vor da în lături din calea ta. Relaţia voastră cu ei poate fi una distantă sau apropiată, pozitivă sau negativă, dar veţi avea o relaţie, pentru că vă căsătoriţi fiecare într-o familie.

Viaţa va fi mult mai uşoară dacă puteţi avea o relaţie bună cu această familie extinsă. Relaţia voastră cu fiecare dintre aceste persoane depinde de oportunităţile pe care le aveţi de a interacţiona. Dacă locuiţi la 1500 de kilometri distanţă de familiile voastre extinse, relaţia voastră poate fi una pozitivă, dar distantă. Oportunităţile de a vă dezvolta relaţia se pot limita la concedii, nunţi şi înmormântări. Însă, dacă locuiţi în apropiere, atunci puteţi avea parte de o interacţiune mai consistentă cu membrii familiilor voastre extinse.

Cinci aspecte-cheie

În mod normal, relaţia cea mai apropiată dintre toate acestea va fi cu părinţii partenerului tău. Aşadar, în acest capitol, vreau să mă concentrez asupra relaţiilor cu soacra

şi cu socrul. Care sunt problemele care trebuie abordate cu socrii tăi? Iată cinci domenii tipice în care se cere înţelegere şi negociere.

Probabil că una dintre primele chestiuni care vă vor cere atenţia sunt vacanţele de sprbători. În capul listei va fi Crăciunul. În culturile occidentale, de Crăciun se întâlnesc mai multe familii decât cu ocazia oricărei alte sărbători. Adesea, problema este că şi părinţii lui, şi părinţii ei vă vor pe amândoi la ei acasă în ziua de Crăciun. Dacă ambele familii locuiesc în acelaşi oraş, atunci vizitarea lor e realizabilă. Dacă locuiesc în acelaşi stat, puteţi petrece Ajunul Crăciunului la părinţii unuia şi ziua de Crăciun, la părinţii celuilalt. Însă, dacă ei locuiesc la o distanţă de câteva state, puteţi negocia să petreceţi Crăciunul cu părinţii lui anul acesta şi anul următor, cu părinţii ei şi să petreceţi Ziua Recunoştinţei cu părintele sau părinţii care nu vă vor vedea de Crăciun. Mai pot fi şi alte sărbători care vor fi considerate extrem de importante pentru una dintre familiile voastre sau pentru amândouă.

Pe lângă sărbători, mai sunt şi obiceiurile. O tânără soţie mi-a spus: „Eu şi sora mea o scoteam întotdeauna pe mama la cină în oraş, de ziua ei. Acum că suntem căsătoriţi, soţul meu spune că nu ne putem permite ca eu să iau avionul până la mama de ziua ei. Îmi este foarte greu să accept asta. Nu vreau ca mama şi sora mea să îi poarte pică, dar mi-e teamă că exact asta se va întâmpla”. Un proaspăt soţ mi-a spus: „De când mă ştiu, de 4 iulie, familia mea mănâncă peşte prăjit. Bărbaţii merg dimineaţa devreme la pescuit. Este un eveniment de o zi. Este singura ocazie din an când pot să-mi văd toţi verişorii. Soţia mea crede că ar trebui să petrecem ziua cu părinţii ei, dar tot ce fac ei este să ia cina la restaurant. Putem face oricând asta”. Tradiţiile se sprijină adesea pe sentimente profunde şi nu trebuie niciodată tratate cu uşurinţă.

Socrii tăi vor avea, de asemenea, aşteptări. Dacă nu ai petrecut un timp considerabil împreună cu ei înainte de

căsătorie, sunt şanse mari să fii luat pe nepregătite. Un soţ mi-a spus: „Am învăţat pe propria-mi piele că, atunci când eu şi soţia mea mergem la restaurant cu părinţii ei, aceştia se aşteaptă să plătească ei masa o dată, iar următoarea dată să plătesc eu. M-am simţit foarte jenat când soţia mi-a spus: «Este rândul tău să plăteşti.» Când ieşim cu părinţii mei, întotdeauna plătesc ei masa. Nu mi-a trecut niciodată prin minte că ai ei se aşteaptă să plătesc eu”.

O parte din aceste aşteptări vor avea nuanţe religioase. O tânără soţie mi-a spus: „Am descoperit că, atunci când petrecem weekendul cu părinţii lui, aceştia se aşteaptă să mergem cu ei la sinagogă vineri seara, deşi noi suntem amândoi creştini. Mă simt foarte inconfortabil, dar nu vreau să îi supăr. Mă întreb dacă, vor veni cu noi la biserică, atunci când vin ei în vizită la noi duminica”. Soţul ei a spus: „Când mergem în vizită la părinţii ei pentru weekend, aceştia se aşteaptă să port costum când îi însoţim la biserică duminica dimineaţa. Noi frecventăm o biserică contemporană şi am un singur costum pe care l-am cumpărat pentru înmormântarea bunicii mele acum cinci ani. Nu mă simt bine când port costum”.

Oricare dintre socrii tăi poate avea, de asemenea, anumite tipare comportamentale pe care le găseşti a fi iritante sau supărătoare. Poţi descoperi că socrul tău iese cu „băieţii” în fiecare joi seara şi că, de obicei, vine acasă beat şi îşi abuzează verbal soţia. Soacra ta îi relatează soţiei tale acest comportament; ea îţi spune ţie. Tu îţi doreşti să poţi face ceva, dar te simţi neputincios. Te supără comportamentul socrului tău, dar, pe lângă aceasta, te irită faptul că de fiecare dată când soţia ta vorbeşte cu mama ei, aceasta aduce în discuţie acest subiect şi o întristează pe soţia ta.

Megan era căsătorită doar de cinci luni când mi-a spus în biroul de consiliere: „Soacra mea este cea mai organizată femeie din câte cunosc. Ar trebui să-i vedeţi dulapurile. Fiecare papuc e la locul lui şi toate hainele sunt asortate după culoare. Problema e că eu nu sunt foarte

organizată şi, când vine la noi acasă, încearcă să-mi dea sugestii care, crede ea, îmi vor face viaţa mai uşoară. Îmi pare rău, dar eu, pur şi simplu, nu sunt aşa. În plus, eu nu am timp să păstrez totul în ordine”.

Pe lângă asta, socrii tăi pot avea unele opinii religioase ferme care diferă de ale tale. Un tânăr soţ mi-a spus: „De fiecare dată când sunt în preajma tatălui ei, parcă ar încerca să mă convertească la felul lui de creştinism. Eu sunt creştin, dar nu unul atât de dogmatic şi de combativ ca el. Eu cred că religia este o chestiune personală şi îmi displace profund când mă presează să fiu de acord cu el”.

Suzanne, care a crescut într-o familie luterană, mi-a spus: „Părinţii lui sunt baptişti şi vorbesc constant despre faptul că trebuie să mă botez. Eu am fost botezată când eram bebeluş şi nu simt nicio nevoie să fiu botezată din nou. Ei fac mare caz de asta. Nu înţeleg de ce”.

Să învăţăm să ascultăm

În domeniile acestea şi în multe altele, vei descoperi că socrii tăi sunt persoane cu gânduri, sentimente şi dorinţe unice. Acestea pot fi diferite de gândurile, sentimentele şi dorinţele tale, aşadar, cum construieşti o relaţie pozitivă cu socrii tăi? Părerea mea este că procesul începe odată ce începi să asculţi empatic. Prin ascultarea empatică înţeleg ascultarea cu scopul de a înţelege ce gândesc socrii tăi, cum au ajuns la acea concluzie şi cât de mult înseamnă pentru ei acele lucruri.

Din fire, foarte puţini dintre noi suntem buni ascultători. Adesea, ascultăm doar atât cât să ne putem arăta dezaprobarea şi astfel sfârşim în certuri inutile. Ascultând empatic, îţi ţii observaţiile pentru tine până când eşti sigur că ai înţeles ce zice cealaltă persoană. Asta implică să pui întrebări lămuritoare, precum: „Ce înţeleg eu din ce spui e… am înţeles bine?” sau „Din ce spui tu, eu înţeleg că ai vrea să fac… asta vrei?” Odată ce ai ascultat

îndeajuns cât să înţelegi ce spune celălalt şi cât de mult ţine la lucrul respectiv, eşti liber să-i expui perspectiva ta asupra subiectului în discuţie. Fiindcă l-ai ascultat fără să-l condamni, sunt şanse mult mai mari ca şi celălalt să asculte perspectiva ta onestă.

Ascultarea empatică nu îţi cere să fii de acord cu ideile celeilalte persoane, dar îţi cere să o tratezi, pe ea şi ideile ei, cu respect. Dacă îi respecţi ideile şi îi vorbeşti cu amabilitate, sunt şanse mult mai mari ca ea să respecte ideile tale şi să te trateze amabil. Înţelegerea mutuală şi respectul reciproc se dezvoltă prin ascultarea empatică.

Atunci când comunici cu socrii tăi, vorbeşte întotdeauna în dreptul tău. În loc să zici: „M-ai jignit când mi-ai spus acel lucru”, poţi spune: „Eu m-am simţit jignit când te-am auzit spunând acel lucru”. Când îţi începi propoziţia cu „eu”, îi oferi celuilalt perspectiva ta. Când îţi începi propoziţia cu „tu”, faci o acuzaţie şi ai toate şansele să primeşti un răspuns defensiv de la socrii tăi. Dacă ar spune: „Mă simt frustrat atunci când Kimberly îmi spune că, de fiecare dată când vorbiţi, menţionezi problema pe care o are soţul tău cu alcoolul şi cu abuzul verbal. Mă întreb dacă ai vrea să facem ceva şi, dacă da, ce crezi că am putea face noi?”, soţul respectiv ar avea toate şansele să deschidă uşa către o discuţie serioasă.

Să învăţăm negocierea

Al treilea ingredient pentru a avea relaţii bune cu socrii este să învăţaţi să negociaţi diferenţele. Negocierea începe atunci când cineva face o propunere. Jeremy le-a spus părinţilor soţiei sale: „Ştiu că v-ar plăcea să fim aici în ziua de Crăciun şi să sărbătorim împreună cu familia. Părinţii mei, desigur, doresc acelaşi lucru. Pentru că vă aflaţi la o distanţă de 800 de kilometri unii de alţii, ştim că nu putem fi în ambele locuri în aceeaşi zi. Mă gândeam să alternăm între Ziua Recunoştinţei şi Crăciun. Am putea fi cu voi de acest Crăciun şi cu ai mei de Ziua Recunoştinţei.

Iar la anul vom inversa ordinea. Încerc doar să găsesc o soluţie care să fie convenabilă pentru amândouă familiile”.

Jeremy a făcut o propunere. Acum, socrii lui au oportunitatea de a accepta propunerea lui, de a o modifica sau de a face o cu totul alta. Procesul ascultării şi al respectării ideilor celuilalt este punctul de pornire pentru procesul de negociere. În cele din urmă, veţi ajunge la o soluţie convenabilă pentru toată lumea şi relaţia cu socrii va fi consolidată.

Diferenţele ce ţin de concedii de sărbători, tradiţii, aşteptări, tipare comportamentale şi de religie – toate necesită negociere. Scripturile evreieşti fac următoarea observaţie: „Ce plăcut şi ce dulce este să locuiască fraţii împreună” (Psalmul 133: 1). Unitatea necesită negociere.

Negocierea este îmbunătăţită atunci când vii cu o rugăminte, nu cu o cerere categorică. Tim le-a spus părinţilor să-i: „Chiar ne place să veniţi pe la noi şi dorim să petrecem timp cu voi, dar aş avea o rugăminte. În loc să veniţi, pur şi simplu, aţi putea suna înainte ca să vedeţi dacă este o seară potrivită pentru noi? Vă întreb pentru că săptămâna trecută când aţi venit, joi seara, a trebuit să stau până la miezul nopţii ca să termin un raport pentru a doua zi la serviciu. Vineri seara ar fi un timp mai potrivit pentru mine. Sper că mă puteţi înţelege. Aţi putea face asta?”

Tim a făcut o propunere şi o rugăminte. Părinţii lui pot fi de acord cu rugămintea lui; pot fi împotrivă; sau pot face o propunere alternativă, cum ar fi să cadă de acord asupra unei seri specifice în care vor veni de obicei, mai puţin atunci când va exista un motiv specific pentru a veni în altă seară. În orice caz, făcând o rugăminte şi nu o cerere categorică, Tim a păstrat o relaţie pozitivă.

Să învăţăm limbajul lor de iubire

Ultima mea sugestie pentru a menţine relaţii bune cu socrii voştri este să învăţaţi limbajul lor principal de iubire

şi să-l vorbiţi cu regularitate. Când socrii tăi se simt iubiţi cu adevărat, se creează o atmosferă pozitivă în care se pot negocia diferenţele. Nimic nu comunică mai profund iubirea decât folosirea limbajului de iubire potrivit. Dacă nu cunoşti limbajul de iubire al socrilor tăi, le poţi oferi o copie a cărţii mele *Cele cinci limbaje ale iubirii*. După ce au citit cartea şi înţeleg conceptul, s-ar putea să vrea să discute despre limbajele lor principale de iubire. Poţi şi tu să li-l împărtăşeşti pe al tău. Atunci când familiile îşi comunică eficient iubirea, se creează relaţii pozitive cu socrii.

Nici eu, nici Karolyn nu am experimentat foarte multe traume în relaţiile cu familiile noastre extinse. În primii doi ani de căsnicie, am locuit la 3200 de kilometri depărtare atât de familia mea, cât şi de familia ei. Crăciunul era singurul moment din an când eram acasă şi amândouă familiile locuiau în acelaşi oraş. Familia mea sărbătorea în Ajunul Crăciunului, iar a ei, în ziua de Crăciun. Aşadar, relaţiile cu socrii erau distante, dar pozitive.

Tatăl lui Karolyn murise înainte să ne căsătorim. Când eu mi-am terminat studiile postuniversitare şi ne-am mutat mai aproape de familiile noastre, mama ei mi-a fost cel mai înfocat suporter. Limbajul ei de iubire se exprima prin *servicii*. După ce i-am zugrăvit casa nu mai puteam da greş. Părinţii mei erau săritori, binevoitori şi niciodată despotici. Cu siguranţă n-aş fi putut fi pregătit să fac faţă conflictelor cu socrii. Eu şi Karolyn nu discutaserăm niciodată despre acest subiect. Acum îmi dau seama cât de naivi eram. Sutele de cupluri care au trecut prin biroul meu de consiliere mă fac să realizez că noi eram excepţia. Relaţiile bune cu socrii necesită, în mod normal, timp şi efort.

Sper că acest capitol vă va ajuta pe amândoi să scoateţi la iveală potenţialele domenii conflictuale cu familiile voastre extinse şi să vorbiţi despre modul în care veţi face faţă acestor probleme. Cu cât faceţi mai temeinic

lucrul acesta înainte de căsătorie, cu atât veţi avea mai puţine şanse să fiţi luaţi pe nepregătite când vă căsătoriţi.

d'SĂ STĂM DE VORBĂ đ

1. Relataţi fiecare cum obişnuiţi să sărbătoriţi în familie Crăciunul şi celelalte sărbători importante. Căutaţi potenţiale zone conflictuale.

2. Ce tradiţii sunt ţinute cu sfinţenie în familiile voastre? Poate că aceste tradiţii nu au în vizor zilele de naştere sau sărbătorile, ci sunt extrem de importante pentru membrii familiilor voastre.

3. Urmăriţi să aflaţi aşteptările pe care le pot avea socrii voştri de la fiecare dintre voi după ce vă căsătoriţi. Dacă aveţi fraţi, surori sau prieteni care sunt căsătoriţi, puteţi discuta cu ei despre ce fel de aşteptări au întâmpinat de la părinţii şi socrii lor.

4. La fel ca orice om, şi socrii au anumite tipare comportamentele pe care le urmează. Unele sunt pozitive, cum ar fi să joace golf sâmbăta. Altele sunt negative, cum ar fi să se îmbete joia. Ce tipare observaţi la părinţii voştri? Împărtăşiţi-le unul cu celălalt şi vorbiţi despre lucrurile care v-ar putea irita.

5. Care sunt opiniile religioase la care părinţii voştri ţin foarte mult? Împărtăşiţi-le unul cu celălalt şi vorbiţi despre domeniile în care v-aţi putea simţi stingheriţi.

6. Atunci când părinţii tăi discută lucruri cu care tu nu eşti de acord, cât de bine ai învăţat să-ţi ţii observaţiile pentru tine şi să asculţi empatic, în aşa fel încât să poţi da un răspuns inteligent? Împărtăşiţi unul cu celălalt ilustraţii în care aţi ascultat bine sau nu chiar atât de bine.

7. În discuţiile tale obişnuite, cât de bine ai învăţat să vorbeşti în dreptul tău? Când aveţi o neînţelegere, cât de des începi propoziţiile cu *tu*, şi nu cu *eu*? Discutaţi despre acest lucru şi străduiţi-vă să învăţaţi să vorbiţi fiecare în dreptul vostru.

8. Atunci când doi oameni sunt în dezacord, este nevoie de negociere. Procesul cere ca unul dintre ei să vină cu o propunere, să asculte o eventuală contrapropunere şi să caute să găsească o soluţie convenabilă pentru toată lumea. Cât de bine ai făcut asta în trecut? Relataţi câteva întâmplări de care vă amintiţi.

9. Negocierea este îmbunătăţită atunci când faci o *rugăminte*, nu o *cerere categorică*. Gândeşte-te la momentele în care rugăminţile tale au sunat a cereri categorice pentru cealaltă persoană. Întrebaţi-vă unul pe celălalt cum v-aţi putea reformula dorinţele pentru ca acestea să sune a rugăminţi.

10. Ştii care este limbajul principal de iubire al părinţilor tăi? Ştii care este limbajul de iubire al socrilor tăi? Dacă da, cât de bine vorbeşti limbajele lor de iubire? Dacă nu, ce vei face pentru a le afla?

11. Dacă persoana cu care ai de gând să te căsătoreşti are deja copii, vă recomand din toată inima să citiţi şi să discutaţi cartea *The Smart Step-Family*e [O familie vitregă isteaţă] de Ron Deal. Conflictul numărul unu în căsătoriile care implică şi copii este cel dintre copil şi părintele vitreg.

«Ron L. Deal, *The Smart Step-Family*, Minneapolis, Bethany House, 2002.

11

Mi-aş dori să fi ştiut…

…că SPIRITUALITATEA
nu înseamnă doar
„Să MERGI LA BISERICĂ”.

Ill şi Matt au venit în biroul meu, la doar nouă luni de la… nunta lor. Jill mi-a spus:

— Avem o problemă şi nu ştim cum să o rezolvăm.

— Şi care e problema? Am întrebat eu.

— Matt nu mai vrea să vină cu mine la biserică. El spune că la biserică e plictisitor şi că se simte mai aproape de Dumnezeu pe terenul de golf decât la biserică. Aşa că, de o lună încoace, el se duce pe terenul de golf, iar eu merg la biserică. Aşa nu se mai poate. Nici nu mi-a trecut vreodată prin minte că vom ajunge aici.

Înainte să ne căsătorim, Matt mă însoţea la biserică în fiecare duminică. Întotdeauna părea că-i face plăcere. Discutam apoi predicile pe care le ascultam. El mi-a spus că este creştin, dar cum poţi fi creştin şi să nu doreşti să mergi la biserică? Îmi spune că-l judec şi poate că asta şi fac. Dar mă doare foarte tare acest lucru şi încep să cred că poate am greşit căsătorindu-ne.

Problema lui Jill avea de-a face cu frecventarea sau nefrecventarea bisericii. Matt însă avea o perspectivă total diferită asupra spiritualităţii. El nu crescuse frecventând biserica. În anii studenţiei, ajunsese să fie implicat într-o organizaţie condusă de studenţi creştini. După ce frecventase timp de câteva luni acele întâlniri şi citise Biblia şi alte cărţi creştine, el ajunsese să se considere creştin. Când el şi Jill erau în perioada de curtare, mergea la biserică împreună cu ea în fiecare duminică şi i se părea interesant. Dar acum că terminase facultatea şi lucra cu normă întreagă, găsea slujbele bisericeşti prea predictibile, iar predicile nu-l ajutau prea mult. El se simţea sincer mai aproape de Dumnezeu pe terenul de golf decât la biserică. Nu putea înţelege de ce frecventarea bisericii era un subiect atât de important pentru Jill.

De cealaltă parte, Jill era devastată. Frecventarea bisericii împreună cu alţi creştini era un principiu de bază al credinţei ei. Era de neconceput ca un bun creştin să nu meargă la biserică.

— Ce vom face când vom avea copii? a întrebat ea. Nu pot suporta gândul ca ei să nu meargă la biserică.

Îmi puteam da seama că Matt începea să fie liniştit.

— Jil, noi nu avem copii, a spus el. Ne putem ocupa de problema asta când vom ajunge la ea.

Matt şi Jill au fost doar un cuplu dintre multe altele care au trecut prin biroul meu de-a lungul anilor şi mi-au împărtăşit conflictele cu privire la credinţele lor religioase. Şi totuşi, spiritualitatea este adesea ultimul lucru pe lista de discuţii într-o relaţie de curtare. De fapt, multe cupluri nu ajung niciodată să discute despre credinţele lor religioase. Consilier fiind, lucrul acesta este pentru mine o mare dezamăgire.

Din moment ce specializarea mea academică este antropologia, sunt adesea atras de descoperirile culturale făcute de antropologi. Una dintre aceste descoperiri este aceea că omul este un religios incurabil. Nu există nicio cultură care să nu fi elaborat vreun sistem de credinţe despre lumea spirituală. De la zeii mitici ce erau veneraţi în lumea romană, până la credinţa în spirite rele întâlnită la triburile aborigene, omul crede că există mai mult decât ceea ce se poate vedea cu ochiul. A doua descoperire a antropologilor este faptul că aceste credinţe religioase influenţează foarte mult comportamentul unei persoane. Acest lucru e valabil atât în dreptul religiilor care sunt adesea numite primitive, cât şi în dreptul religiilor mult mai elaborate, precum iudaismul, creştinismul, budismul, hinduismul şi islamismul. Concepţia noastră despre spiritualitate ne influenţează foarte mult stilul de viaţă.

Aşadar, atunci când doi tineri se gândesc la căsătorie, religia trebuie să se situeze aproape de capul listei de discuţii. Întrebarea este: „Credinţele noastre spirituale sunt compatibile?” sau „Suntem animaţi noi de aceleaşi lucruri?” Puţine lucruri au un potenţial mai mare de a cauza conflicte maritale decât vederile spirituale divergente. Din acest motiv, majoritatea religiilor lumii îşi

încurajează adepţii să se căsătorească în aceeaşi tradiţie religioasă. În credinţa creştină, scripturile avertizează: „Nu vă înjugaţi la un jug nepotrivit cu cei necredincioşi. Căci ce legătură este între neprihănire şi fărădelege? Sau cum poate sta împreună lumina cu întunericul? Ce înţelegere poate fi între Cristos şi Belial? Sau ce legătură are cel credincios cu cel necredincios? Cum se împacă Templul lui Dumnezeu cu idolii?” (2 Corinteni 6: 14 – 16). Acestea sunt întrebări serioase, iar un cuplu înţelept nu le va evita.

Ce crezi despre Dumnezeu?

Aşadar, ce trebuie avut în vedere? Pe primul loc se situează *concepţia despre Dumnezeu*. Scripturile evreieşti încep cu aceste cuvinte: „La început, Dumnezeu a făcut cerurile şi pământul” (Geneza 1: 1). Câteva paragrafe mai departe, citim: „Dumnezeu a făcut pe om după chipul Său, l-a făcut după chipul lui Dumnezeu; parte bărbătească şi parte femeiască i-a făcut” (Geneza 1: 27). Aceste cuvinte trebuie înţelese *ad litteram*? Există un Creator puternic, transcendent care nu doar că a creat întreg Universul, ci l-a făcut şi pe om după chipul Lui? Sau trebuie înţelese, pur şi simplu, ca parte din mitologia evreiască? Răspunsul tău la aceste întrebări va avea un impact profund asupra percepţiei tale de sine şi asupra modului în care îţi trăieşti viaţa. Dacă eşti de acord că Dumnezeu există în calitate de Creator şi Susţinător al Universului, următoarea întrebare este: „A vorbit Dumnezeu?” Scripturile creştine afirmă: „După ce a vorbit în vechime părinţilor noştri prin proroci, în multe rânduri şi în multe chipuri, Dumnezeu, la sfârşitul acestor zile, ne-a vorbit prin Fiul, pe care L-a pus moştenitor al tuturor lucrurilor şi prin care a făcut şi veacurile. El, care este oglindirea slavei Lui şi întipărirea Fiinţei Lui şi care ţine toate lucrurile cu Cuvântul puterii Lui, a făcut curăţirea păcatelor şi a şezut la dreapta Măririi în locurile preaînalte” (Evrei 1: 1 – 3). Astfel, credinţa creştină susţine că Dumnezeu a vorbit prin

prorocii evrei, consemnaţi în Vechiul Testament şi că Iisus Cristos este Mesia cel profeţit, Fiul lui Dumnezeu, Cel care avea să plătească pedeapsa pentru păcatul omului, pentru ca Dumnezeu să poată ierta omenirea şi totuşi să fie un Dumnezeu drept. De aceea, creştinii îi îndeamnă pe toţi să-L primească pe Cristos ca Mesia al lor, să primească iertarea lui Dumnezeu şi să intre într-o relaţie de iubire cu El.

Răspunsurile voastre la următoarele întrebări vor arăta gradul de compatibilitate spirituală dintre voi. Există un Dumnezeu care a creat Universul şi care a făcut omul după chipul Său? A vorbit Dumnezeu? Dacă da, în ce fel a vorbit El? Ce a spus El şi cum am răspuns eu la mesajul Lui? Acestea sunt întrebări fundamentale la care trebuie să răspundem cu onestitate.

Am observat că mulţi oameni sjung la maturitate fără să-şi fi pus la punct vreodată propria credinţă. Se autoproclamă budişti, hinduşi sau creştini, dar asta pur şi simplu pentru că au fost crescuţi într-o familie budistă, hiundusă sau creştină. Ei sunt budişti, hinduşi sau creştini din punct de vedere cultural. Nu au cercetat, în mod personal, credinţele de la baza acestor religii. Nu noi ne alegem familia şi, prin urmare, religia în care ne naştem. Dar la maturitate, avem responsabilitatea de a căuta adevărul în toate domeniile vieţii. Dacă realizezi că religia ta este doar un vestigiu cultural, te îndemn să-ţi faci timp să studiezi istoria şi credinţele moştenirii tale religioase şi să discuţi deschis despre acest parcurs cu persoana cu care îţi dai întâlniri. Dacă înainte de căsătorie nu puteţi fi sinceri şi deschişi referitor la credinţele voastre religioase, este puţin probabil că o veţi putea face după căsătorie, iar credinţele voastre religioase au toate şansele să devină o sursă de conflict.

Să explorăm ramificaţiile

Pentru că 80% din locuitorii Statelor Unite se declară

creştini şi pentru că aceasta este şi moştenirea mea religioasă, permi-teţi-mi să parcurg împreună cu cititorii mei creştini câteva subiecte adiţionale care, cred eu, trebuie luate în considerare înainte de a lua decizia de căsătorie. Cu toţii ştim că în cadrul Bisericii creştine universale, creştinii sunt de mai multe nuanţe. Cele trei ramificaţii majore ale creştinismului sunt: ortodoxia estică, romano-catolicismul şi protestantismul. Deşi au în comun unele credinţe esenţiale, precum divinitatea lui Cristos, moartea Lui sacrificială şi învierea Lui din morţi, acestea trei sunt în dezacord în multe alte privinţe. Dacă intenţionezi să te căsătoreşti cu cineva din afara tradiţiei tale creştine, insist să studiezi ambele tradiţii din care proveniţi şi să căutaţi să vă negociaţi diferenţele. A vă căsători doar pentru că sunteţi „îndrăgostiţi" şi a ignora implicaţiile acestor diferenţe spirituale sunt semne de imaturitate.

În cazul în care amândoi proveniţi din aceeaşi ramură a creştinătăţii, este timpul să discutaţi problemele mai delicate ce ţin de credinţă şi practică. Tradiţia ortodoxă cuprinde ortodoxia greacă, rusă, armeană etc. Fiecare dintre ele are credinţe şi practici care diferă de la o ţară la alta. În cadrul Bisericii Romano-Catolice, credinţele şi totodată practicile diferă de la o ţară la alta şi adesea pe teritoriul aceleiaşi ţări. De pildă, de curând în America a apărut o puternică mişcare carismatică în sânul romano-catolicilor. Tradiţia protestantă cuprinde şi ea mai multe confesiuni: cea luterană, cea prezbiteriană, cea baptistă şi cea metodistă, pentru a numi doar câteva dintre ele. Şi există un grup de biserici care susţin că nu aparţin niciunei confesiuni. Există o mare diversitate în credinţele şi practicile acestor grupări protestante. Diferenţele acestea trebuie cercetate temeinic dacă aveţi planuri de căsătorie.

Ce fel de „creştin"?

Până acum, am vorbit despre diferenţe teologice reflectate în credinţă şi practică, dar acum permiteţi-mi să revin la latura personală. E uşor de observat că, prinţe creştini, există diverse grade de dedicare în ce priveşte credinţa. De pildă, unii oameni care îşi spun creştini merg la biserică doar de Paşte şi de Crăciun. Cu excepţia acestor sărbători, nu prea au de-a face cu religia. Pe de altă parte, sunt mulţi care merg la biserică în mod regulat. Pentru unii, acesta este un eveniment săptămânal care durează între una şi trei ore, în funcţie de formatul serviciului de închinare. Alţii însă sunt implicaţi nu doar în închinarea colectivă, ci şi în grupuri restrânse de studiu biblic, care oferă sprijin spiritual şi explorează modalităţile de a aplica în viaţa personală învăţăturile Scripturii. În cadrul acestor grupuri, oamenii se bucură de o părtăşie profundă şi strânsă. Ei sunt gata să se sacrifice unul pentru celălalt. Le pasă destul pentru a fi sinceri unul cu celălalt şi adesea ies afară pentru a sluji în mod practic comunitatea. Mulţi dintre aceşti creştini au, de asemenea, un timp devoţional zilnic în care citesc cu conştiinciozitate Scriptura ca să audă vocea lui Dumnezeu şi îi răspund lui Dumnezeu prin întrebări sincere, laudă, mulţumire sau cereri de ajutor. Ei văd creştinusmul ca pe o relaţie personală de dragoste cu Cristos. Acest „timp de părtăşie” zilnic este cea mai importantă parte din zi pentru ei.

Aşadar, devine extrem de important să descoperi cu ce fel de creştin îţi dai întâlnire. Care este gradul lui de dedicare şi de implicare în comunitatea creştină? Cât de importantă este credinţa lui pentru el? Şi ce fel de impact are ea asupra vieţii lui personale? Ar trebui să fie evident că un creştin de Paşte şi de Crăciun este foarte diferit de un creştin care are un timp devoţional în fiecare zi!

Îmi amintesc de o tânără care mi-a spus: „Sunt trei ani de când mă întâlnesc cu Andrew. La începutul relaţiei noastre de curtare, mi-a spus că este creştin. Aveam multe interese comune şi am petrecut momente minunate împreună. Dar am înţeles că noi nu avem aceleaşi păreri

când vine vorba de spiritualitate. Pentru el, creştinismul este o religie, e ceva ce face duminica, dar are puţină relevanţă pentru cum ia decizii şi cum îşi trăieşte viaţa. Pentru mine, creştinismul este centrul vieţii mele. Nimic nu este mai important pentru mine decât să-mi investesc viaţa în slujirea lui Cristos. Acum îmi dau seama că nu avem temelia spirituală pe care să clădim o căsnicie creştină. Prin urmare, pun capăt relaţiei noastre de curtare".

Cred că această tânără a dat dovadă de maturitate. Dacă în trei ani ea a văzut la el puţină dorinţă înspre o implicare mai personală în relaţia cu Dumnezeu, ar fi fost naiv să creadă că acest lucru se va schimba după căsătorie. Trei ani mai târziu, ea s-a căsătorit cu un tânăr care era la fel de dedicat pentru Cristos şi acum sunt pe cale de a clădi un cămin creştin autentic.

Pentru multe cupluri care îşi dau întâlniri, spiritualitatea este un subiect lăsat pe dinafară. Ele presupun, pur şi simplu, că acest domeniu al vieţii îşi va purta singur de grijă după căsătorie. Alţi tineri, care discută deschis despre spiritualitate, ignoră adesea semnalele de avertizare. Cei doi sunt îndrăgostiţi nebuneşte unul de celălalt, le place să fie împreună, consideră că se pot face fericiţi unul pe celălalt pentru tot restul vieţii lor şi închid ochii în faţa uriaşelor diferenţe de perspectivă asupra spiritualităţii.

Jill şi Matt, cuplul pe care l-am întâlnit la începutul acestui capitol, au descoperit, în cele din urmă, intimitatea spirituală. După câteva şedinţe de consiliere, în care i-am ajutat să-şi asculte inima unul altuia şi să încerce să înţeleagă cât de important este acest subiect pentru celălalt, ei au putut să-şi afirme reciproc preocupările şi au devenit prieteni, nu duşmani. Odată ce au trecut de la o relaţie de adversitate la una de prietenie, în care doi oameni încearcă să se înţeleagă unul pe celălalt şi să rezolve mai bine un conflict decât să câştige o ceartă, rezolvarea a devenit relativ uşoară.

Matt a fost de acord să renunţe la golful de duminică dimineaţa şi a început să meargă la biserică împreună cu Jill. Ea a fost de acord să caute împreună o biserică din care să simtă şi el că face parte. Au găsit o astfel de biserică şi acum amândoi sunt implicaţi nu doar în frecventarea ei, ci, mai mult, predau săptămânal unor copii de clasa a cincea. Dacă tot veni vorba, au un băieţel de trei anişori. Amândoi se bucură că au găsit un loc de întâlnire în călătoria lor spirituală înainte să se nască fiul lor.

Credinţele religioase implică adesea sentimente puternice şi convingeri ferme. Chiar şi ateii deseori îşi apără cu tenacitate perspectiva fără de Dumnezeu, iar aceste credinţe se reflectă în stilul lor de viaţă. Deşi neagă existenţa lui Dumnezeu, pe de o parte ei sunt profund religioşi. Cum credinţele religioase ne afectează viaţa în toate domeniile ei, este foarte important să examinăm temelia compatibilităţii spirituale înainte de a ne angaja în căsătorie. Sper ca acest capitol să vă ajute să faceţi asta.

d'SĂ STĂM DE VORBĂ đ

1. Ce credinţe religioase fundamentale au părinţii tăi?
2. Pe unde te afli în călătoria ta spirituală? Ai acceptat, ai refuzat sau ai modificat credinţele religioase pe care le-ai deprins în copilărie?
3. Care sunt credinţele tale de bază despre Dumnezeu?
4. Ce organizaţii religioase frecventezi? Cât de activă este implicarea ta?
5. Cum îţi afectează credinţele religioase viaţa de zi cu zi?
6. Dacă ai planuri de căsătorie, discută răspunsurile tale cu partenerul tău de întâlnire.
7. Crezi că aveţi o bază comună suficient de solidă pentru a clădi intimitate spirituală în căsnicia voastră?

12

Mi-aş dori să fi ştiut…

…că PERSONALITATEA
ne influenţează profund
COMPORTAMENTUL

Imeni nu pune la îndoială axioma că toţi suntem… unici. Întrebarea este: în ce fel suntem unici? Mi-aş dori să fi ştiut că personalitatea (acele caracteristici care ne fac unici) avea să ne afecteze profund căsnicia.

Înainte să ne căsătorim, visam la cât de minunat avea să fie să mă trezesc în fiecare dimineaţă şi să servesc micul-dejun împreună cu soţia mea. După ce ne-am căsătorit, am descoperit că, de fapt, Karolyn nu se trezea devreme dimineaţa. Micul-dejun nu era tocmai pasiunea ei. După ce m-am gândit un pic, mi-am amintit că în anii în care o curtam, ea îmi spusese: „Să nu mă suni dimineaţa. Nu sunt responsabilă pentru ce spun sau fac înainte de amiază”. Am luat-o ca pe o glumă şi-am râs. N-am sunat-o niciodată dimineaţa pentru că eram ocupat cu „treburile mele”. După căsătorie, am descoperit că vorbise serios. Visul meu la un mic-dejun romantic împreună cu soţia mea s-a spulberat în prima lună de căsnicie. Nu-mi mai rămânea decât să-mi mănânc micul-dejun în tăcere, acompaniat doar de trilurile păsărilor care cântau afară, lângă fereastră.

De cealaltă parte, înainte să ne căsătorim, Karolyn îşi închipuise activităţile pe care aveam să le facem împreună între ora 10 seara şi miezul nopţii. Acestea includeau: să discutăm cărţi, să vizionăm filme împreună, să jucăm jocuri care să ne stimuleze intelectual şi să dezbatem probleme profunde de viaţă. Ce nu ştia ea era că motorul

meu fizic, emoţional şi intelectual se oprea la 10 p.m. Posibilitatea ca eu să port o discuţie inteligentă se diminua foarte mult după ora respectivă. Este adevărat că, în timpul perioadei de curtare, stăteam treaz şi discutam cu ea până la miezul nopţii. Dar pe atunci eram mânat de sentimente euforice de „îndrăgostire”. Încântarea de a fi cu ea şi de a face lucruri împreună menţinea secreţia de adrenalină, iar ei nici prin gând nu-i trecea că se va schimba ceva după ce ne căsătoream.

Niciunul dintre noi nu ştia înainte de căsătorie că există „persoane nocturne” şi „persoane matinale”. Persoanele matinale se trezesc cu un entuziasm de cangur, care saltă să înfrunte ziua pline de voie bună, în timp ce persoana nocturnă îşi trage pătura peste cap, gândind: „Sigur se preface – nimeni nu poate fi atât de entuziasmat dimineaţa”. Pentru persoanele nocturne, „perioada optimă” din zi este de la 10 p.m. până la... Atunci le place să citească, să picteze, să se joace, să facă orice ar cere multă energie, în vreme ce unei persoane matinale îi cam piere cheful după acea oră.

Această diferenţă de personalitate poate avea un impact profund asupra relaţiei sexuale a cuplului. Persoana matinală vrea ca cei doi să meargă la culcare la ora 10, să se giugiulească şi să facă dragoste, pe când cea nocturnă spune: „Cred că glumeşti. Nu pot merge la culcare atât de devreme”. Persoana matinală se poate simţi respinsă, pe când cea nocturnă se simte dominantă. Acest lucru poate duce foarte uşor la certuri şi la frustrare. Există vreo speranţă pentru acest cuplu?

Desigur, dacă cei doi aleg să respecte diferenţele şi să negocieze o soluţie. De pildă, persoana nocturnă poate fi de acord să facă sex la 10 p.m. dacă persoana matinală o va lăsa să părăsească dormitorul după ce fac dragoste şi să-şi urmărească celelalte interese până la miezul nopţii. Dacă, însă, persoana matinală insistă ca persoana nocturnă să rămână în pat după ce fac dragoste, aceasta din urmă se poate simţi manipulată, dominată şi frustrată.

O persoană matinală nu va deveni niciodată o persoană nocturnă, iar o persoană nocturnă nu va deveni niciodată o persoană matinală. Cu mult efort, ne putem forţa să funcţionăm la primele ore sau la ceasurile târzii ale nopţii, care nu se încadrează în perioada noastră optimă de funcţionare. Dar niciodată nu vom putea face asta fără caznă.

Dacă eu şi Karolyn am fi ştiut că eu eram o persoană matinală, iae ea, una nocturnă şi dacă ne-am fi folosit timpul de curtare pentru a discuta această diferenţă de personalitate, am fi fost scutiţi de multă durere emoţională. Eu nu m-aş fi simţit respins din cauza că ea nu lua micul-dejun împreună cu mine, iar ea nu s-ar fi simţit dominată din cauza insistenţelor mele ca să se culce la ora 10 p.m. Da, mi-aş dori să fi ştiut că personalitatea ne influenţează profund comportamentul.

Pe jumătate plin sau pe jumătate gol?

Să trecem în revistă alte câteva diferenţe de personalitate care adesea trec neobservate şi rămân nediscutate înainte de căsătorie. Pesimistul şi optimistul sunt adesea atraşi unul de celălalt. Cel din urmă vede jumătatea plină a paharului; pesimistul vede jumătatea goală. Optimistul vede posibilităţile, în timp ce pesimistul vede problemele. Fiecare dintre noi are o înclinaţie fundamentală într-o direcţie sau alta, dar suntem adesea inconştienţi de acest aspect al personalităţii noastre.

În perioada de curtare, fiecare presupune că celălalt are o viziune despre lume similară cu a sa. Fiindcă suntem înamoraţi unul de celălalt şi căutăm să ne acomodăm unul cu celălalt, s-ar putea ca această diferenţă de personalitate să nu fie evidentă. De pildă, optimistul tinde să-şi asume riscuri, pentru că el este convins în mintea lui că totul va ieşi bine până la urmă. Astfel, el poate veni cu sugestia să meargă amândoi să facă *bungee jumping*. Pesimistă din fire, ea nu vrea să-şi asume riscuri, pentru că presupune

că se poate întâmpla tot ce este mai rău. Prin urmare, ea nu s-ar fi gândit niciodată să facă *bungee jumping*, dar fiindcă îl admiră şi are încredere în iubitul ei, este dispusă să facă un lucru pe care nu l-ar fi făcut niciodată din proprie iniţiativă. Optimistul este peste poate de încântat că partenera lui este o fată gata de aventură, fără a realiza vreodată că a ieşit cu mult din zona ei de confort emoţional.

La doi ani de la căsătorie, când el sugerează să meargă împreună să escaladeze stânci, ea se opune ferm. Nu numai că nu doreşte să meargă, dar se împotriveşte şi ca el să se ducă singur sau cu prietenii lui. Ea se imaginează deja văduvă şi nu poate înţelege de ce ar fi el dispus să-şi asume un asemenea risc. De cealaltă parte, el este complet devastat de răspunsul ei. Se întreabă ce s-a întâmplat cu spiritul ei de aventură. Cum de a ajuns ea atât de acră?

Fiindcă n-au reuşit să descopere şi să discute această diferenţă de personalitate înainte de căsătorie, se trezesc prinşi într-un conflict pe care niciunul dintre ei nu-l înţelege. În realitate, amândoi sunt, pur şi simplu, ceea ce sunt, un optimist şi o pesimistă. Problema este că niciunul dintre ei nu ştia ce era cealaltă persoană înainte să se căsătorească. Euforia experienţei de curtare i-a făcut orbi la această diferenţă de personalitate. Dacă ar fi discutat-o înainte de căsătorie, el şi-ar fi dat seama că ea nu avea să ajungă niciodată alpinistă şi nici nu avea să facă paraşutism împreună cu el. De asemenea, ar fi realizat că dacă el alegea să facă asemenea lucruri, avea să se confrunte cu opoziţia îndârjită a soţiei lui.

Sunt şanse mari ca această diferenţă de personalitate să creeze conflicte în gestionarea banilor. Optimistul va tinde să fie un investitor aventuros, gata să-şi asume riscuri enorme în speranţa unor rezultate pozitive. De cealaltă parte, pesimistul va dori să investească în pieţe mult mai stabile şi sigure. Aceştia vor petrece nopţi albe

dacă datorită unuia dintre ei ajung să facă o investiţie cu risc ridicat. Iar în cazul în care investiţia merge prost, pesimistul va da vina pe optimist pentru că şi-a asumat riscuri exagerate pe banii familiei. Este foarte probabil că optimistul va considera că pesimistul nu-i susţine ideile şi, astfel, să dea vina pe el pentru că „îi pune beţe în roate" în drumul lui spre succes.

Răspunsul la această diferenţă de personalitate stă în înţelegerea şi acceptarea diferenţelor, şi nu în condamnarea celuilalt pentru ceea ce este. Cei doi trebuie apoi să negocieze o metodă de apreciere a ambelor personalităţi. O variantă ar fi ca cei doi să cadă de acord asupra unei sume de bani pe care cuplul o va plasa în investiţii sigure înainte ca optimistul să se angajeze în investiţii cu risc ridicat. După ce acest nivel minim de investiţii este la locul lui, cei doi pot cădea de acord asupra unei sume de bani pe care el să o poată folosi într-o investiţie cu risc ridicat, cu înţelegerea că, dacă o va pierde, ea nu îl va condamna. De cealaltă parte, dacă investiţia va avea succes, ea îl va lăuda pentru abilităţile sale de investitor şi vor sărbători împreună succesul lor financiar.

Dacă un cuplu aflat în perioada de curtare este dispus să negocieze genul acesta de aranjamente înainte să se căsătorească, va fi scutit de multe certuri inutile pe seama manierei de a-şi gestiona finanţele. Acelaşi principiu este valabil şi în alte domenii în care este posibil ca pesimistul şi optimistul să aibă păreri foarte diferite despre ce trebuie făcut. Înţelegerea, acceptarea şi negocierea diferenţelor de personalitate sunt esenţiale în punerea temeliei pentru o căsnicie sănătoasă.

Dichisiţi şi Şlampeţi

Există, apoi, Dichisitul şi Şlampătul. „N-am cunoscut niciodată pe cineva atât de neglijent ca Ben", a spus Alicia.

Câte soţii n-au spus asta despre soţii lor, la mai puţin de un an de la nuntă? Interesant este că, înainte de căsătorie, lucrul acesta n-a deranjat-o niciodată pe Alicia. O, poate că a observat că uneori maşina lui era vraişte sau că apartamentul lui nu era la fel de pus la punct pe cât i-ar fi plăcut ei, dar a ajuns oarecum la concluzia că „Ben este o persoană mai relaxată decât mine. Asta e bine, îmi place. Trebuie s-o las şi eu puţin mai moale”. Ben, de cealaltă parte, se uita la Alicia şi i se părea că vede un înger. „Nu e minunat că Alicia este întotdeauna atât de ordonată? Acum nu mai trebuie să am grijă să fie toate curate, pentru că va avea ea grijă de asta”. Însă, trei ani mai târziu, el este împroşcat cu vorbe de blam care cad asupra lui ca nişte pietre, iar el răspunde: „Nu înţeleg de ce te superi aşa de tare pentru nişte vase lăsate nespălate”.

Unii oameni trăiesc după mottoul: „Există un loc pentru toate lucrurile şi fiecare lucru are locul lui”. Alţii nu simt deloc nevoia să-şi strângă uneltele, hainele, ceştile din care au băut cafea sau orice altceva. La o adică, e posibil să le folosească din nou într-o săptămână sau două. Raţionamentul lor este: „De ce să pierzi vremea culegând hainele murdare în fiecare zi? Lasă-le pe podea până vine vremea să le speli. Ele nu pleacă nicăieri, iar pe mine nu mă deranjează”.

Da, suntem alcătuiţi diferit şi ne este dificil să înţelegem de ce cealaltă persoană are unele percepţii diferite. Această diferenţă de personalitate nu este greu de depistat; trebuie doar să îţi ţii ochii larg deschişi în perioada în care vă daţi întâlniri. Uită-te la maşina şi la apartamentul lui şi vei şti dacă este un Dichisit sau un Şlampăt. De asemenea, uită-te la bucătăria şi la şifonierul ei şi vei şti ce tip de personalitate îi este caracteristic. Dacă amândoi faceţi parte din aceeaşi categorie, casa voastră va fi ori una imaculată, ori un loc în care va trebui să păşiţi peste munţii de lucruri lăsate vraişte. Dar amândoi veţi fi fericiţi. Dacă vă încadraţi în categorii diferite, atunci acum este timpul să negociaţi. Înfruntaţi

realitatea şi discutaţi cine pentru ce va fi responsabil după ce vă căsătoriţi, pentru a păstra un anumit nivel de sănătate emoţională. Dacă ea este dispusă să adune în fiecare zi hainele lui murdare şi să le pună în coşul de rufe, cum făcea mama lui când era el în liceu, totul e în regulă. Dar dacă ea se aşteaptă de la el să fie mai responsabil, atunci el trebuie să fie dispus să se schimbe sau, dacă nu, să o angajeze pe mama lui să vină în fiecare zi să-i adune hainele. Cu siguranţă, se poate negocia o soluţie satisfăcătoare – dar momentul cel mai potrivit pentru a începe negocierea este înainte de căsătorie.

Când Marea Moartă se căsătoreşte cu Moară-Stricată

O altă zonă a diferenţelor de personalitate este legată de vorbire. Unii oameni vorbesc deschis despre toate lucrurile. Alţii sunt mai meditativi, introspectivi şi mai puţin dispuşi să-şi împărtăşească gândurile şi sentimentele. Adesea i-am numit pe aceştia din urmă „Marea Moartă”, iar pe cei dintâi, „Moară-Stricată”. În Israel, Marea Moartă primeşte apă de la râul Iordan. Dar ea nu se varsă nicăieri. Mulţi oameni au acest fel de personalitate. Ei pot primi tot felul de gânduri, sentimente şi experienţe pe parcursul unei zile. Au un rezervor mare în care adună experienţele de peste zi şi sunt întru totul fericiţi fără să vorbească. De fapt, dacă îi spui unei Mări Moarte: „Ce s-a întâmplat? De ce nu vorbeşti în seara asta?”, ea probabil îţi va răspunde: „Nu s-a întâmplat nimic. Ce te face să crezi că s-a întâmplat ceva?” Marea Moartă este onestă, spunând asta. El sau ea este mulţumit (a) fără să vorbească.

De cealaltă parte, Moară-Stricată este persoana pentru care tot ceea ce intră pe ochi şi prin urechi iese afară pe gură – de obicei în mai puţin de 60 de secunde. Orice vede şi orice aude, spune mai departe. De fapt, dacă acest fel de oameni sunt singuri acasă, vor suna pe cineva şi vor întreba: „Ştii ce am auzit adineaoro?” Ei nu deţin

niciun rezervor; trebuie să povestească cuiva orice lucru experimentează pe moment.

Adesea, Marea Moartă se va căsători cu Moară-Stricată. Înainte de căsătorie, diferenţele par atrăgătoare. De pildă, la întâlniri, Marea Moartă se poate relaxa. El sau ea nu trebuie să se gândească la cum va începe conversaţia sau cum o vor întreţine pe mai departe. Tot ce trebuie să facă este să stea acolo, să dea din cap şi să spună din când în când câte un „aha”. Moară-Stricată va umple seara. De cealaltă parte, Moară-Stricată o va găsi pe Marea Moartă la fel de atractivă, pentru că Mările Moarte sunt cei mai buni ascultători din lume. Cu toate acestea, după cinci ani de căsnicie, Moară-Stricată ar putea spune: „Suntem căsătoriţi de cinci ani şi nu o cunosc deloc”. Totodată, Marea Moartă poate spune: „Îl cunosc prea bine. Mi-aş dori să-şi mai stăvilească fluxul verbal şi să-mi mai dea pace”.

Aceste diferenţe se văd şi în modul în care oamenii povestesc. Moară-Stricată tinde să fie *zugrav*. Dacă îţi relatează o experienţă de-a lor, îţi vor descrie o imagine frumoasă, detaliată, a evenimentului. Îţi vor spune dacă cerul era înnorat sau însorit, în ce direcţie bătea vântul, ce fel de flori erau în fundal şi câţi oameni se aflau vizavi de locul de parcare. De cealaltă parte, Marea Moartă tinde să fie *lapidară*. Dacă acest fel de oameni ţi-ar relata aceeaşi experienţă, relatarea ar fi mai scurtă şi cu mai puţine detalii. Ei trec, pur şi simplu, „la subiect”. Comunică ideea de bază. Adesea, într-o căsnicie, lapidarului îi va fi foarte dificil să asculte descrierea lungă şi detaliată a zugravului. Uneori, el îl va întrerupe şi-i va zice: „Ai putea să treci la subiect?” Însă, când zugravul îl ascultă pe lapidar, el îi va pune multe întrebări încercând să culeagă mai multe detalii, pentru a-şi face o imagine mai bună asupra istorisirii.

Zugravul va fi întotdeauna *zugrav*, iar *lapidarul* va fi întotdeauna *lapidar*. Aceste tipare de personalitate legate de vorbire nu prea au şanse de a se schimba şi niciunul nu

este superior faţă de celălalt. Dar dacă înţelegem aceste diferenţe de personalitate, este mai puţin probabil că vom încerca să ne schimbăm unul pe celălalt după căsătorie. Marea Moartă nu va deveni niciodată Moară-Stricată. Deci, persoana care este căsătorită cu Marea Moartă trebuie să se mulţumească să trăiască cu o persoană care nu se va grăbi să-şi împărtăşească toate gândurile şi sentimentele. Cele mai multe persoane cu personalitatea de tip Mare Moartă sunt deschise la întrebări şi sunt dispuse să împărtăşească mai multe dacă Moară-Stricată le cere asta. Marea Moartă nu ascunde informaţiile în mod intenţionat; pur şi simplu, nu simte nevoia să-şi împărtăşească toate gândurile, sentimentele şi experienţele.

Deşi se poate ca Marea Moartă să fie mulţumită să asculte vorbăria fără capăt a Morii Stricate, se poate şi ca el sau ea să tânjească uneori după momente de linişte. Din acest motiv, se va retrage uneori la calculator sau în alte activităţi. Moară-Stricată trebuie să înţeleagă. El sau ea nu este respins (a) de Marea Moartă. Aceasta tânjeşte, pur şi simplu, după un climat mai contemplativ. Atunci când aceste diferenţe de personalitate sunt discutate înainte de căsătorie, şansele ca ele să devină supărătoare după căsătorie sunt mai mici.

Pasivi şi activi

O veche zicală spune: „Unii oameni citesc istoria; alţii o fac”. Adesea aceşti oameni sunt căsătoriţi unul cu altul. Soţul sau soţia *activ* (*a*) crede că fiecare zi este o nouă oportunitate pentru propăşirea cauzei lor. Ei vor urmări în mod agresiv interesele pe care le au, ceea ce cred ei că este drept sau că ar trebui să se întâmple. Vor merge până în pânzele albe, vor scociorî sub toate pietrele şi vor face tot ce este omeneşte posibil pentru a-şi atinge scopurile în viaţă. De cealaltă parte, persoana pasivă îşi va petrece timpul gândindu-se, analizând, întrebându-se

„Cum ar fi dacă?” şi aşteptând să se întâmple ceva bun. Mottoul lor este: „Cu răbdarea, treci şi marea”.

Înainte de căsătorie, aceste trăsături îi făceau să pară compatibili. *Partenerul activ* se simţea confortabil observând firea calmă, imperturbabilă şi liniştită a celeilalte persoane. Îi plăcea firea statornică, predictibilă a persoanei iubite. *Persoana pasivă* era încântată să aibă pe cineva care să facă planuri şi să traseze calea pentru viitorul lor. Admira realizările iubitului ei activ.

După căsătorie, cuplul descoperă adesea că aceste trăsături sunt divizive. Partenerul activ încearcă în permanenţă să-l preseze pe cel pasiv să acţioneze. Îi spune mereu:

— Haide; şi noi putem face asta.

De cealaltă parte, partenerul pasiv rămâne pe poziţie:

— Să aşteptăm. Poate se iveşte o oportunitate mai bună mai târziu. Nu te entuziasma prea tare. Totul se va aranja de la sine.

Sunt vizibile aceste trăsături în perioada de curtare a relaţiei? Răspunsul este da, dar adesea ele nu sunt discutate. Persoana pasivă tinde, pur şi simplu, să fie de acord cu tot ceea ce vrea să facă persoana activă. Îi place aventura şi este prinsă de exaltarea îndrăgostirii. Rareori îşi va exprima opoziţia faţă de ideile persoanei active. Când cei doi intră într-o încăpere, persoana activă va evalua ce trebuie făcut şi va lua iniţiativa în direcţia dorită, în timp ce persoana pasivă va sta, probabil, la taclale cu un prieten, aşteptând să vadă ce va aduce seara. Adesea, persoana activă o va implica pe cea pasivă, cerându-i să facă ceva specific pentru înaintarea cauzei. Fiindcă este îndrăgostită de persoana activă, persoana pasivă adesea se supune şi se poate simţi chiar bine pentru că ia parte la proces.

Deşi, în sine, nu este nimic rău în aceste trăsături de personalitate, ele pot fi iritante după căsătorie. Atunci

când sentimentele culminante ale îndrăgostirii încep să se stingă, persoana pasivă va opune mai multă rezistenţă cererilor persoanei active şi este posibil să se simtă dirijată sau manipulată. Persoana activă se poate simţi frustrată şi chiar se poate supăra din cauza ezitării celui pasiv. Desigur, este posibil ca aceste două persoane cu personalităţi diferite să clădească o căsnicie reuşită, dar este nevoie ca persoana activă să arate empatie şi înţelegere faţă de persoana pasivă. Ea trebuie să-şi facă timp să asculte îngrijorările persoanei pasive şi chiar să conştientizeze valoarea pe care ea o aduce în căsnicia lor. De pildă, „să fii atent unde sari” este întotdeauna o idee bună. Persoana pasivă este mult mai înclinată decât agresorul să fie atentă. De cealaltă parte, persoana pasivă trebuie să-i dea voie celei active să-şi folosească abilităţile şi să sară înainte de a fi prea târziu. Dacă nu poţi sări împreună cu ea, atunci ţine frânghia în timp ce ea sare. Veţi reuşi multe în viaţă împreună dacă veţi învăţa să vă completaţi unul pe celălalt, în loc să fiţi rivali.

Dacă puteţi să discutaţi această diferenţă de personalitate înainte de căsătorie şi să căpătaţi ceva experienţă lucrând în echipă, aveţi şanse mari ca această diferenţă să fie pentru voi un avantaj, şi nu o piedică, odată ce veţi fi căsătoriţi.

Profesori şi dansatori

Unii oameni sunt extrem de logici în gândirea lor. Ei progresează urmând paşi raţionali şi ajung la ceea ce pentru ei este o concluzie logică. Alţii pur şi simplu ştiu în inima lor ce este bine într-o situaţie dată. Nu pot spune de ce sau cum au ajuns la acea concluzie; ştiu doar că aceea este decizia corectă.

Uneori, îl numesc *profesorul* pe cel care gândeşte logic. Pentru profesor, totul trebuie gândit. „Trebuie să avem motive logice pentru tot ce facem. Dacă un lucru nu are logică, n-ar trebui să-l facem”. Persoana intuitivă este

mai mult ca un *dansator*. „N-avem nevoie de motive logice pentru tot ce facem. Facem unele lucruri, pur şi simplu, pentru că ne plac. Nu ştiu de ce. Trebuie întotdeauna să ştiu de ce? Vreau, pur şi simplu, să le fac”. Înainte de căsătorie profesorul era înamorat de înţelepciunea intuitivă a dansatorului, în timp ce dansatorul era mândru de logica profesorului. Însă, după căsătorie, profesorul este, încetul cu încetul, înnebunit de acelaşi comportament ilogic, în timp ce dansatorul se întreabă cum va putea continua să trăiască cu o persoană atât de obsedată de raţiune.

Un soţ i-a spus soţiei lui:

— Trish, ascultă-mă. Pereţii nu sunt murdari; nu este nevoie să-i zugrăvim din nou. Nu înţelegi?

— Da, înţeleg. Dar nu mai vreau pereţi verzi, i-a răspuns ea.

Profesorului îi vine greu să ia decizii pe baza dorinţelor. Dansatorul nu-şi poate imagina de ce ar dori cineva să fie prizonier în închisoarea logicii.

Aceste diferenţe de personalitate adesea trec neobservate şi nu sunt discutate înainte de căsătorie. În perioada de curtare a relaţiei, adesea deciziile sunt luate, pur şi simplu, pentru că el şi ea doresc să-şi facă pe plac. După căsătorie, când cei doi se confruntă în mod serios cu o altă realitate a vieţii, această dorinţă de a-i face pe plac celuilalt nu mai vine la fel de firesc. Când diferenţele ies la iveală, cel care gândeşte logic va căuta să-l preseze pe cel care gândeşte intuitiv să-şi argumenteze logic poziţia. Asta înseamnă să aştepţi şi să pretinzi imposibilul. Persoana intuitivă nu va aborda niciodată viaţa cu o logică de profesor.

Dacă încerci să-l forţezi pe celălalt să intre în matriţa personalităţii tale, veţi petrece o viaţă întreagă în conflict. Trebuie să recunoaştem că atât gândirea logică, cât şi cea intuitivă sunt căi la fel de legitime de a aborda viaţa. Trebuie să ne concentrăm nu asupra procesului prin care ajungem la concluziile noastre, ci pe găsirea concluziilor

cu care amândoi putem fi de acord. Principiile pe care le-am discutat în capitolul 4 despre rezolvarea fără ceartă a neînţelegerilor vor fi extrem de folositoare cuplurilor care au această diferenţă de personalitate.

Organizatorul şi spiritul liber

Organizatorul va acorda atenţie detaliilor, în timp ce persoana *spontană* – „spiritul liber” – se gândeşte: „Detaliile se vor rezolva de la sine”. Organizatorii fac planificări; ei vor petrece luni în şir pregătind o călătorie în afara oraşului. Vor analiza trei site-uri diferite în căutarea celui mai ieftin bilet de avion. Se vor asigura că automobilul închiriat are GPS. Îşi vor face rezervările la hotel cu câteva săptămâni înainte. Vor acorda o atenţie similară locului în care vor mânca şi activităţilor pe care le vor face şi, în mod sigur, vor avea grijă să pună în bagaj echipamentul potrivit. Persoana spontană aşteaptă până în ajunul călătoriei şi spune: „De ce nu mergem pe litoral în loc să mergem la munte? Soarele este atât de frumos, iar vremea e minunată”. Aceste cuvinte îi induc organizatorului o stare generală de panică, iar concediul devine o tortură.

Înainte de căsătorie, Beth era impresionată de abilităţile organizatorice ale lui Trent.

— Îţi verifici soldul bancar on-line în fiecare zi? Eşti nemaipomenit!

Cu toate acestea, după căsătorie, ea îl întreabă:

— Vrei să notez fiecare cheltuială? Dar este imposibil. Nimeni nu face aşa ceva.

Bineînţeles, Trent îi arată imediat carneţelul lui, cu fiecare cheltuială înregistrată cu acurateţe. Pentru el, este o chestiune de responsabilitate.

De asemenea, Trent va aşeza vasele în maşina de spălat într-un mod extrem de organizat. Farfuriile, castroanele, paharele şi argintăria – fiecare la locul lor. De

cealaltă parte, Beth probabil că va umple maşina de spălat vase la fel cum o umple pe cea de spălat rufe. Obiectivul ei este doar să închidă uşa – maşina de spălat vase se va ocupa de restul. Trent se va grăbi să-i arate farfuriile ciobite şi paharele sparte ca urmare a atitudinii *ei* capricioase.

În propria mea căsnicie, mi-a luat câţiva ani să realizez că Karolyn nu va încărca niciodată o maşină de spălat vase la fel ca mine. Ea, pur şi simplu, nu a fost înzestrată cu abilitatea aceasta. Toate predicile mele pe tema motivelor pentru care nu ar trebui să pună împreună două linguri pe care mai sunt urme de unt de arahide s-au pierdut în vânt. Am învăţat pe pielea mea că viaţa înseamnă mai mult decât câteva vase ciobite, pahare sparte şi linguri murdare. A trebuit să-i ofer libertatea să fie ea însăşi şi, în schimb, ea mi-a cedat responsabilitatea de a aşeza vasele în maşina de spălat. Dacă mă grăbesc să ajung la o întâlnire de seară, ea va face cu bucurie şi această treabă, iar eu voi accepta urmările.

De asemenea, Trent va plăti facturile într-o manieră foarte organizată, sistematică. Dacă este plecat din oraş într-o călătorie de afaceri pentru câteva zile, se va aştepta ca Bent să-i stivuiască atent pe birou toate facturile pentru când se va întoarce. Dar se prea poate ca Beth să nu-şi amintească ce-a făcut cu corespondenţa sau dacă a adus-o, cel puţin, în casă. Este posibil să găsească facturile în maşină, pe podea sau după pernele de pe canapea. El este uluit de faptul că cineva poate fi atât de iresponsabil. Beth este la fel de uluită de faptul că cineva poate fi atât de inflexibil. Această diferenţă de personalitate are potenţialul de a crea conflicte aprinse.

Această diferenţă de personalitate poate fi uşor observată în perioada de curtare, dacă i se acordă atenţie. Dar majoritatea cuplurilor nu-i acordă atenţie. Dacă organizatorul vede personalitatea spontană a partenerului

său de întâlnire, probabil că o va admira şi va răspunde pozitiv la ideile spontane ale celuilalt. Dacă persoana spontană vede abilităţile organizatorice ale partenerului ei, cel mai sigur este că va admira această trăsătură a lui şi poate chiar îşi va exprima aprecierea. Dar, dacă cei doi dau dovadă de realism şi recunosc potenţialul conflictual al acestei diferenţe de personalitate şi discută cum vor aborda conflictele de acest fel după căsătorie, vor fi scutiţi de trauma şocului în faţa ciocnirilor de personalitate de după căsătorie. Faptul că aţi conştientizat potenţialele conflicte şi aţi discutat despre posibilele soluţii va face mult mai uşoară identificarea remediilor atunci când se va petrece inevitabilul.

Fiindcă diferenţele de personalitate sunt atât de profunde şi ne afectează foarte mult comportamentul, eu încurazez toate cuplurile care se gândesc serios la căsătorie să-şi identifice tipul de personalitate. Puţine lucruri vă vor pregăti mai bine pentru inevitabilele conflicte din căsnicie decât înţelegerea tipurilor voastre de personalitate. Există numeroase clasificări ale tipurilor de personalitate. Una pe care o recomand a fost elaborată în Norvegia şi popularizată de către nenumăraţi consilieri. Clasificarea aceasta împarte oamenii în patru temperamente de bază: melancolic, flegmatic, sangvinic şi coleric. Puteţi completa gratuit un chestionar pentru a afla unde vă încadraţi pe site-ul www.oneishy.com/personality. Dacă plănuiţi să vă căsătoriţi curând, v-aş încuraja pe fiecare dintre voi să completaţi chestionarul şi să discutaţi rezultatele. Acesta vă va arăta care sunt punctele tari şi punctele slabe ale fiecărui temperament. O discuţie despre temperamentele voastre vă poate lămuri multe lucruri.

A doua clasificare este *Couple Checkup* [Verificarea cuplului], care va măsura douăzeci de aspecte diferite ale relaţiei voastre. Ea vă va ajuta să vă bucuraţi de punctele tari şi să identificaţi domeniile în care aveţi nevoie de îmbunătăţiri. Exiată câte un chestionar specific pentru cupluri aflate în perioada de curtare, pentru cupluri

logodite şi pentru cupluri căsătorite. Chestionarele trebuie plătite, dar eu sunt de părere că este o investiţie excelentă în relaţia voastră. Puteţi accesa chestionarul la www.couplecheckup.com.

Dacă veţi da curs uneia dintre aceste evaluări sau amândurora, pe lângă faptul că veţi avea câteva discuţii profunde, veţi înţelege fiecare mai bine tipul de personalitate al partenerului. Înţelegându-i personalitate, vă va fi mai uşor să acceptaţi comportamentul celeilalte persoane într-o situaţie dată.

Dacă optaţi pentru consiliere premaritală, consilierul vostru v-ar putea sugera şi el un instrument de evaluare numit PREGĂTEŞTE/CONSOLIDEAZĂ. Acesta este un chestionar mult mai amplu, adaptat specific pentru cuplurile care îşi fac planuri de căsătorie. Chestionarul va trebui să fie aplicat, evaluat şi interpretat de către un consilier, dar poate fi un exerciţiu extrem de util pentru un cuplu care se îndreaptă spre căsătorie

d'SĂ STĂM DE VORBĂ đ

1. Pe o scară de la 1 la 10, evaluează-te în privinţa trăsăturilor de personalitate prezentate mai jos. 10 reprezintă punctajul maxim, iar 1, punctajul minim.

a. Optimist b. Pesimist a. Ordonat b. Dezordonat a. Moară-Stricată b. Mare Moartă a. Lapidar b. Zugrav a. Activ b. Pasiv a. Logic b. Intuitiv

«Pentru mai multe informaţii sau pentru a localiza un consilier în zona în care locuieşti, vizitează: www.prepareenrich.com.

a. Organizat b. Spontan

2. Roagă-l pe partenerul tău de întâlniri să facă şi el

exerciţiul de mai sus şi apoi discutaţi răspunsurile voastre, justificându-vă prin ilustraţii punctajul acordat la fiecare item.

3. Dacă vă gândiţi serios la căsătorie, vă recomand să comple-taţi unul sau ambele chestionare gratuite de personalitate despre care am discutat în acest capitol. Acestea pot fi găsite la www.oneishy.com/personality şi www.couplecheckup.com.

4. Dacă faceţi consiliere premaritală cu un consilier sau cu un lider religios, îl puteţi întreba dacă este posibil să vă facă o evaluare PREGĂTEŞTE/CONSOLIDEAZĂ.

Epilog

În această carte, v-am împărtăşit ceea ce mi-aş dori să-mi… fi spus şi mie cineva înainte să mă căsătoresc. Dacă eu şi Karolyn am fi discutat temele prezentate în aceste pagini, primii ani din căsnicia noastră ar fi fost mult mai plăcuţi. Dar pentru că nu le-am discutat, căsnicia noastră a fost plină de conflicte, neînţelegeri şi frustrare. Cunosc sentimentul de a fi căsătorit şi nefericit; ştiu cum e să gândeşti: „M-am căsătorit cu femeia nepotrivită”. Raţionamentul meu era că dacă m-aş fi căsătorit cu „cea potrivită”, nu ar fi atât de greu.

Da, în cele din urmă am găsit răspunsuri la frustrările noastre şi soluţii la conflicte. Am învăţat să ne ascultăm cu empatie unul pe celălalt, să ne înţelegem sentimentele şi dorinţele şi să ajungem la soluţii realiste. De mulţi ani încoace, avem o relaţie împlinită, ne susţinem unul pe altul din dragoste şi am investit ajutând alte cupluri să descopere aceleaşi lucruri. Dorinţa mea este ca această carte să ajute mii de cupluri să aibă acest tip de căsnicie, fără anii dureroşi şi plini de lupte prin care am trecut noi.

Dacă eşti singur şi în prezent nu eşti implicat într-o relaţie de curtare, sper ca ideile din această carte să

rămână într-un cotlon al minţii tale ca referinţă în viitor. Acum, ai căpătat o imagine mai realistă asupra a ceea ce trebuie luat în considerare înainte de a te decide să te căsătoreşti. Atunci când vei începe să simţi „furnicături” pentru cineva, sper că vei lua această carte de pe raft şi o vei lăsa să te călăuzească în dezvoltarea unei relaţii sănătoase de curtare şi să te ajute să iei o decizie înţeleaptă dacă să spui sau nu: „Da, vreau!”

Pentru aceia dintre voi care sunteţi angajaţi într-o relaţie serioasă de curtare, sper că această carte vă va fi un tovarăş de încredere pe măsură ce ajungeţi să vă cunoaşteţi mai bine unul pe altul. Vă încurajez să discutaţi deschis şi cu onestitate subiectele propuse şi să încercaţi să fiţi realişti cu lucrurile pe care le descoperiţi. Dacă veţi proceda aşa, eu cred că veţi decide cu înţelepciune dacă să vă căsătoriţi sau nu.

Pentru aceea care sunteţi oficial sau neoficial „logodiţi”, sper că veţi aborda mult mai profund problemele ridicate de mine. Vă încurajez nu doar să citiţi capitolele, ci să răspundeţi la întrebări şi să urmaţi sugestiile pe care le-am făcut la sfârşitul fiecărui capitol. Unii dintre voi pot descoperi că logodna lor este prematură; că în realitate nu v-aţi cunoscut destul de bine pentru a lua acea decizie. Dacă aşa stau lucrurile, sper că veţi avea curajul să fiţi oneşti unul cu altul, să acceptaţi eventuala jenă şi fie să amânaţi, fie să rupeţi logodna. Vă asigur că o logodnă ruptă, deşi dureroasă, nu este nici pe departe atât de dureroasă ca un divorţ, trei ani mai târziu.

Dacă, pe de altă parte, aţi ajuns la concluzia că aveţi o bază comună suficient de solidă pentru a clădi o căsnicie reuşită, atunci, discutând aceste chestiuni, veţi fi mai pregătiţi pentru realizarea acestui vis. Cred cu tărie că dacă vor discuta în profunzime conţinutul acestei cărţi, cuplurile vor intra în căsnicie cu o perspectivă mult mai realistă asupra modului în care să dezvolte un mariaj reuşit.

Un sondaj realizat în urmă cu câţiva ani a arătat că 87% dintre adulţii necăsătoriţi cu vârste cuprinse între 20 şi 30 de ani au afirmat: „Vreau să am o căsnicie trainică şi care să dureze o viaţă întreagă”. «Ei şi-au văzut propriii părinţi divorţând şi au simţit durerea abandonării. Nu ar vrea să repete asta. Tragedia este că mulţi dintre ei nu au nici cea mai vagă idee cum să-şi îndeplinească năzuinţa unei căsnicii frumoase şi trainice. Dorinţa mea este ca această carte să le ofere această informaţie.

Dacă ea v-a fost de ajutor, sper că o veţi recomanda şi prietenilor voştri. Aştept cu bucurie feedbackul şi sugestiile voastre pe www.5 lovelanguages.com.

«Kim McAlister, „The X-Generation”, în *HR Magazine*, 39, mai 1994, p. 21.

Anexă

Cultivarea unei RELAŢII
de CURTARE SĂNĂTOASE

n cultura occidentală, căsătoria este de obicei precedată… de o perioadă de întâlniri sau de curtare. În sens larg, o întâlnire este un *rendez-vous* între un bărbat şi o femeie care sunt de acord să petreacă un timp împreună cu scopul de a se cunoaşte mai bine, există două etape distincte în ceea ce priveşte întâlnirile. Prima este întâlnirea ocazională. O întâlnire ocazională poate avea sau nu nuanţe romantice. Poate fi vorba, pur şi simplu, de doi oameni pasionaţi de muzică simfonică care cad de acord să participe la spectacol şi, probabil, după asta să servească cina sau un desert. Sau ar putea fi vorba de doi ciclişti care se învoiesc să facă o călătorie de 32 de kilometri împreună, într-o sâmbătă. Dacă nu există un

interes romantic şi nici nu apare unul după o perioadă de întâlniri ocazionale, cei doi probabil se vor considera prieteni şi nu se vor gândi la releţia lor ca la o relaţie de curtare.

Relaţiile bazate pe întâlniri ocazionale sunt adesea însoţite de un interes romantic din partea unuia dintre cei doi sau din partea amândurora. Totuşi, cei doi pot ieşi de nenumărate ori la întâlnire fără să recunoască acest interes. Scopul întâlnirilor ocazionale este acela de a se bucura de viaţa împreună şi de a împărtăşi un interes comun. Întâlnirile ocazionale sunt, de regulă, neexclusive; adică, unul dintre cei doi sau amândoi pot avea întâlniri şi cu alte persoane. Deşi cel cu sentimente romantice mai puternice se poate simţi rănit emoţional ştiind că celălalt se întâlneşte şi cu altcineva, este puţin probabil că îşi va verbaliza durerea, pentru că este conştient că între ei nu s-a făcut vreun angajament. Întâlnirea ocazională, în mod normal, evoluează înspre una din următoarele trei direcţii. În cazul în care nu apare un interes romantic şi cei doi au un interes comun important, este posibil să clădească o relaţie puternică de prietenie care să se concentreze asupra unei activităţi comune. Acest fel de relaţii relaxate pentru amândoi ţin, deseori, ani de-a rândul.

O a doua posibilitate este ca întâlnirile să înceteze. Poate că unul dintre ei simte o atracţie romantică puternică şi celălalt nu. Acest lucru în sine poate deveni un conflict care să ducă la încheierea relaţiei. Sau, dacă niciunul nu are un interes romantic faţă de celălalt şi nici nu au o legătură solidă, relaţia moare de la sine.

A treia posibilitate este ca, în timp, amândoi să capete un interes romantic faţă de celălalt, chiar dacă acesta nu a existat la început. Timpul petrecut împreună este plăcut pentru amândoi şi ei încep să se gândească că s-ar putea „să se fi îndrăgostit”. Relaţia va avansa de la întâlniri ocazionale la curtare.

Curtarea este mult mai serioasă decât întâlnirile ocazionale. În mod normal, ea este percepută ca o relaţie exclusivă. Dacă vreunul dintre ei alege să se întâlnească şi cu altcineva, cel trădat va suferi foarte mult. El nu va ezita să-şi verbalizeze durerea, iar discuţia care rezultă va duce fie la ruperea relaţiei, fie la un angajament reciproc. Despre această din urmă etapă vreau să vă vorbesc în această secţiune a cărţii. Consider că dezvoltarea unei relaţii sănătoase de curtare este cea mai bună pregătire pentru o căsnicie sănătoasă. Nu vreau să spun că toate cuplurile care se află în etapa aceasta vor ajunge la căsătorie. Sugerez doar că o relaţie sănătoasă de curtare le va permite acestora să răspundă cu mai multă înţelepciune la întrebarea: „Să mă căsătoresc sau nu?” Aşadar, să ne îndreptăm atenţia spre factorii care caracterizează acest tip de relaţie de curtare.

Relaţiile de curtare sănătoase se vor axa pe „a ajunge să ne cunoaştem” unul pe altul. Acesta este adevăratul scop al unei relaţii de curtare. Psihicul uman este o combinaţie complexă între ereditate şi mediu. Ceea ce vedeţi în exterior nu este neapărat ceea ce veţi descoperi în interior. Acest proces de cunoaştere reciprocă necesită un nivel ridicat de onestitate din partea amândurora. La începutul relaţiei, avem tendinţa să „dăm ce-avem mai bun”. Cu alte cuvinte, ne străduim să facem impresie bună. Însă nu aceasta este atitudinea care duce la o relaţie de curtare sănătoasă.

Fiecare persoană are o istorie unică. Acea istorie te-a adus unde eşti astăzi. Nu ne putem cunoaşte fără a ne împărtăşi istoria personală. Asta înseamnă că trebuie să fim dispuşi să ne împărtăşim atât eşecurile, cât şi succesele. Un tânăr mi-a spus în biroul de consiliere:

— Mi-e teamă să-i spun că am fost trei luni într-un centru de detenţie pentru că am furat din magazin când aveam şaisprezece ani. Mă tem că dacă află lucrul acesta, nu va mai dori să se întâlnească cu mine.

— Cât timp vrei să ascunzi această informaţie? Până

vă logodiţi sau până vă căsătoriţi? l-am întrebat.

— Presupun că n-ar fi cinstit, nu-i aşa? a răspuns el.

A construi o relaţie pe înşelăciune sau pe ascunderea adevărului înseamnă sabotaj. Din fire, ne grăbim să ne împărtăşim succesele, pentru că ele dau bine. Şi suntem mult mai ezitanţi să ne împărtăşim eşecurile, pentru că şi noi înşine ne simţim răniţi de amintirea lor. Cu toate acestea, relaţiile de curtare sănătoase sunt clădite pe adevăr.

Există două domenii în care onestitatea este adesea extrem de dificilă. Unul ţine de împărtăşirea trecutului sexual, iar celălalt, de împărtăşirea istoriei financiare. Totuşi, îndemn stăruitor cuplurile care au o relaţie serioasă să-şi dezvăluie aceste domenii ale vieţii. În parte, le încurajez să facă asta deoarece aceste două domenii sunt cel mai adesea sursa celor mai multe conflicte într-o căsnicie. A intra în căsnicie fără a dezvălui aceste două aspecte ale identităţii noastre este nedrept faţă de partenerul nostru şi faţă de noi înşine.

De curând, o tânără mi-a spus: „Partenerul meu mi-a împărtăşit că, în ultimii opt ani, a avut viaţă sexuală activă pe parcursul relaţiilor cu trei fete. Trebuie să mărturisesc că mi-a venit foarte greu să accept lucrul acesta. De fapt, încă mă lupt cu el, dar mă bucur că mi-a spus adevărul. Dacă aş fi aflat despre asta după ce ne-am fi logodit sau căsătorit, cred că m-aş fi simţit trădată”. Tânăra aceasta are perfectă dreptate, iar el a fost extrem de înţelept că i-a împărtăşit adevărul. Doar pentru că ceva este „greu de acceptat”, nu înseamnă că ar trebui ignorat. Viaţa reală înseamnă să rezolvi problemele dificile. Învăţând cum să faceţi acest lucru în perioada întâlnirilor, vă pregătiţi pentru o căsnicie sănătoasă în viitor.

Cum rămâne cu finanţele? Poate fi dificil să împărtăşeşti informaţii financiare, dar şi acest lucru este necesar pentru o relaţie sănătoasă de curtare, mai ales dacă aceasta dă semne că se îndreaptă spre logodnă sau căsătorie. Împărtăşind fiecare cum vă gestionaţi banii, veţi

ajunge, probabil, la descoperirea că aveţi tipare diferite de economisire, dărnicie şi cheltuire a acestora. Negocierea prealabilă a acestor diferenţe va face mult mai uşoară tranziţia spre circumstanţele căsniciei. De pildă, dacă unul dintre voi dăruieşte, în mod regulat, 10% din venitul lui pentru cauze caritabile, iar celălalt dăruieşte 2% sau nimic, această diferenţă poate duce la serioase conflicte maritale, dacă nu este rezolvată înainte de căsătorie.

Sumele datorate şi natura acestora trebuie, categoric, dezvăluite. Suma de bani economisiţi şi scopul contului de economii sunt, de asemenea, informaţii importante. Când unul dintre voi tinde să fie o persoană *economă*, iar celălalt, o persoană *cheltuitoare*, se impune negocierea. Negocierea presupune discutarea problemei în detaliu şi găsirea unei soluţii care să fie potrivită pentru amândoi. Acestea nu sunt chestiuni pe care să le discutaţi în etapa întâlnirilor ocazionale, dar când ajungeţi la etapa de curtare şi, mai ales când începeţi să vă gândiţi la logodnă şi căsătorie, ele devin extrem de importante.

Întâlnirile vă permit, de asemenea, să cunoaşteţi fiecare dinamica din familia celuilalt. Cum se raportează mama şi tatăl ei unul la celălalt? Dar părinţii lui? Cum se raportează ei unul la celălalt şi ce fel de relaţie are el cu tatăl şi cu mama lui? Părinţii sunt divorţaţi în vreuna dintre familii? Ce fel de relaţie aveţi în prezent fiecare dintre voi cu părinţii voştri? Ar trebui să vă străduiţi să petreceţi timp cu familia partenerului vostru. Dacă, în cele din urmă, vă veţi căsători, aceasta va face parte din viaţa voastră pentru mult timp.

Într-o relaţie sănătoasă de curtare, fiecare veţi avea grijă de obiectivele educaţionale şi profesionale ale celuilalt. În definitiv, educaţia şi profesiunea noastră sunt o parte însemnată a vieţii. Dacă un tânăr îi spune prietenei sale care este în primul an de facultate: „Ce-ar fi să renunţi la facultate şi să te căsătoreşti cu mine? Eu voi avea o carieră militară, iar tu nu ai nevoie de o diplomă de licenţă”. – acel tânăr nu este pregătit pentru căsătorie.

Această atitudine îi dă în vileag propriul egocentrism. Într-o relaţie matură, ne încurajăm şi ne ajutăm reciproc în atingerea scopurilor educaţionale şi profesionale.

O relaţie de curtare sănătoasă va fi şi una echilibrată. În efortul de a identifica diversele aspecte ale umanităţii noastre, folosim adesea cuvinte precum: *intelectual*, *emoţional*, *social*, *spiritual şi fizic*. Deşi, în realitate, acestea nu pot fi niciodată izolate, ele fiind întreţesute, este util să ne focalizăm pe aceste cinci aspecte în timpul relaţiei de curtare.

Aspectul *intelectual* are de-a face cu gândurile, dorinţele şi percepţiile noastre asupra vieţii. Adesea, vorbim de compatibilitate intelectuală. Întrebarea este: „Avem noi capacitatea de a ne împărtăşi reacţiile la un articol de ziar sau de revistă şi să ne stimulăm gândirea fără a ne condamna sau certa unul cu altul?” Dacă ideile noastre politice se ciocnesc, cum procedăm cu diferenţele? A învăţa cum să nu fiţi de acord fără a deveni nesuferiţi este o dovadă de compatibilitate intelectuală. Dacă un bărbat care rareori citeşte o carte se întâlneşte cu o femeie care este o cititoare vorace, întrebarea este: au ei baza pentru compatibilitate intelectuală? Cel care a avut 10 pe linie în facultate poate întâmpina mari dificultăţi în comunicarea cu cel ce a trecut prin facultate ca gâsca prin apă. Din punct de vedere intelectual, sunteţi îndeajuns de aproape încât să vă daţi mâna? Conversaţiile voastre pe subiecte intelectuale stimulează creşterea sau condamnarea?

Aspectul *emoţional* are de-a face cu reacţiile noastre emoţionale spontane la evenimentele cu care ne întâlnim în viaţă. Unii oameni aud sirena unei maşini de pompieri şi sunt cuprinşi de frică. Alţii se simt extrem de inconfortabil când văd pe cineva plângând. Sentimentele noastre nu sunt alegerea noastră; ele vin, pur şi simplu, fac parte din viaţă. A învăţa să împărtăşeşti aceste emoţii, a înţelege originea lor şi a alege să reacţionezi pozitiv la ele

reprezintă o parte importantă a procesului de maturizara. A învăţa cum să vă ajutaţi reciproc în procesarea acestor emoţii face parte din cultivarea unei relaţii de curtare sănătoase.

Noi suntem, de asemenea, fiinţe *sociale*. Căutăm să împărtăşim viaţa cu alţii. Există ceva în natura umană care doreşte să trăiască în comunitate. Acesta este motivul pentru care una dintre cele mai aspre pedepse este încarcerarea. Totuşi, există o mare diversitate în ceea ce priveşte cum, când şi unde ne place să petrecem timp cu oamenii. Evenimentele sociale sunt abundente în societatea noastră. Mii de oameni îşi petrec timpul pe stadioane în fiecare săptămână, asistând la diverse evenimente sportive, în timp ce alţii se întâlnesc în filarmonici, teatre şi biserici. Toate acestea sunt evenimente sociale, dar oamenii care participă la ele nu sunt neapărat aceiaşi, care sunt interesele tale sociale? Care sunt cele ale partenerului tău? O tânără mi-a spus: „Mi-e foarte greu să înţeleg cum poate sta în tribună toată duminica, uitându-se la nişte maşini care se învârt în cerc. Dacă asta înţelege el prin eveniment social, nu ştiu dacă suntem de pe aceeaşi planetă”. Se prea poate să aibă dreptate. Partea bună este că a descoperit lucrul acesta în timp ce sunt încă în etapa de curtare, şi nu după ce s-au căsătorit.

Apoi, există şi aspectul *spiritual* al vieţii. Am menţionat la început că specializarea mea este antropologia, care studiază diverse culturi. Până acum nu s-a descoperit vreo cultură în care oamenii să nu aibă credinţe legate de lumea non-materială. Omul pare a fi necesarmente spiritual. Aşadar, care sunt concepţiile tale despre realitatea spirituală şi care sunt percepţiile partenerului tău? Cât de aprofundat aţi discutat acest domeniu al vieţii? Întrucât convingerile spirituale adesea ne afectează întreaga viaţă, acest aspect al vieţii este extrem de important. O doamnă mi-a spus: „Nu ştiu dacă

voi mai putea continua această relaţie. Eu sunt o adeptă a religiei Wicca, iar prietenul meu este creştin. De fiecare dată când vorbim despre asta, ajungem să ne certăm. Îl plac foarte mult şi îmi face mare plăcere să fiu împreună cu el. Dar nu sunt sigură că relaţia noastră poate supravieţui diferenţelor de percepţie asupra lumii spirituale". Am lăudat-o pentru că a fost suficient de matură ca să înfrunte această realitate.

Al cincilea aspeset al umanităţii noastre este acela că suntem fiinţe *fizice*. Aceasta este partea cea mai tangibilă şi mai vizibilă din noi. Adesea, relaţia noastră a fost iniţiată în primul rând de atracţia fizică. Amândoi am fost „atraşi" fizic unul de celălalt. Manifestarea atingerilor fizice face parte din aproape toate relaţiile de curtare. Oamenii au păreri extrem de variate cu privire la atingerile considerate adecvate într-o relaţie de curtare. Important este, într-o relaţie sănătoasă, să ne respectăm reciproc limitele. A-l forţa pe partenerul tău să-şi încalce limitele nu este niciodată un act de dragoste şi va fi în detrimentul relaţiei.

Din păcate, în societatea contemporană, accentul nesăbuit pus pe sexualitate a făcut să fie dificil pentru multe cupluri să aibă o relaţie de curtare echilibretă. Fenomenul care se întâmplă frecvent în zilele noastre, „agăţarea", în care cuplurile fac sex la prima întâlnire şi relaţia lor este centrată pe experienţa sexuală, nu reuşeşte să se califice nici ca *rendez-vous*, nici ca relaţie de curtare. Asemenea „întâlniri" fie izvorăsc dintr-o dependenţă sexuală, fie duc la una, ceea ce, în mod sigur, nu este o temelie pe care să construieşti o căsnicie.

Echilibrarea aspectelor intelectual, emoţional, social, spiritual şi fizic ale vieţii este una dintre caracteristicile unei relaţii de curtare sănătoase. Dacă sunteţi într-o relaţie de curtare serioasă, permiteţi-mi să vă încurajez să folosiţi exerciţiile de la sfârşitul anexei pentru a vă stimula să gândiţi înţelept în ce priveşte cultivarea unei relaţii de

curtare sănătoase.

d’EXERCIŢII đ

1. Întrucât cunoaşterea reciprocă este unul dintre scopurile principale ale unei relaţii de curtare serioase, folosiţi următoarele întrebări ca punct de pornire a discuţiei.

Ce realizări personale ne-am împărtăşit unul altuia?

Ce eşecuri personale ne-am împărtăşit şi ce mai este de împărtăşit?

Cât de mult din trecutul nostru sexual ne-am împărtăşit unul altuia?

Ce ştim fiecare despre istoria financiară a celuilalt?

2. Întrucât propria familie are o mare înrâurire asupra voastră, folosiţi următoarele întrebări ca îndrumător pentru a înţelege aceste relaţii.

Cum ai descrie relaţia conjugală dintre mama şi tatăl tău?

Din perspectiva ta, care a fost principala filosofie a părinţilor tăi despre creşterea copiilor? *Argumentează dacă eşti de acord sau nu cu modul în care şi-au îndeplinit datoria de părinţi*.

Ce fel de relaţie ai în prezent cu tatăl tău?

Ce fel de relaţie ai cu mama ta?

Dacă şi când te vei căsători, în ce aspecte ai vrea să fie diferită căsnicia ta de cea a părinţilor tăi?

3. Întrucât realizările educaţionale şi profesionale sunt o parte însemnată a vieţii, folosiţi următoarele întrebări pentru a explora acest aspect.

Care sunt obiectivele tale educaţionale pentru următorii cinci ani?

Din cât îţi cunoşti interesele, ce obiective profesionale ai în prezent?

Relaţia de curtare este un ajutor sau o piedică în atingerea acestor obiective? *În ce fel*?

În ce măsură simţi că partenerul tău acceptă şi apreciază obiectivele tale?

4. Întrucât o relaţie de curtare sănătoasă este una echilibrată, folosiţi următoarele întrebări pentru a identifica domeniile la care mai trebuie să lucraţi.

A. Intelectual

V-aţi făcut timp pentru a vă compara notele din facultate sau din liceu?

Aţi citit vreodată o revistă sau un articol on-line şi aţi vorbit despre percepţiile voastre asupra validităţii articolului?

Ce programe de televiziune vizionaţi în mod obişnuit? *Cât de des discutaţi despre reacţiile voastre la programele vizionate*?

Când îţi împărtăşeşti opinia pe subiecte politice, cum reacţionează partenerul tău de obicei?

Când aveţi păreri diferite, cât de liber te simţi să-ţi împărtăşeşti opinia? *Cum reacţionezi de obicei când partenerul tău îţi împărtăşeşte perspectiva lui*?

Aţi învăţat să fiţi în dezacord fără să fiţi nesuferiţi?

B. Emoţional

Ce emoţii ai trăit de-a lungul acestei zile?

Cât de des, şi în ce măsură, vă împărtăşiţi reciproc emoţiile?

Când vi le împărtăşiţi, cum reacţionează de obicei cealaltă persoană? *Ce îmbunătăţiri aţi dori să vedeţi în această latură a relaţiei voastre*?

C. Social

La ce evenimente sociale aţi participat împreună în ultima lună? *Discutaţi cât de mult v-au plăcut sau nu acele evenimente*.

Care sunt evenimentele sportive la care vă place să parti-cipaţi sau pe care le vizionaţi la televizor?

Este vreunul dintre voi interesat să participe la

evenimente muzicale? *Aţi vorbit despre modul în care vă afectează relaţia această preocupare*?

Câte filme aţi vizionat împreună în ultimele şase săptămâni? *Aţi discutat despre conţinutul lor după ce le-aţi văzut*?

Când participaţi la evenimente sociale care presupun să vorbiţi cu alţi oameni, ce te deranjează cel mai mult la comportamentul partenerului tău?

Ce îmbunătăţiri aţi dori să vedeţi în această latură a relaţiei voastre?

D. Spiritual

Aţi discutat despre mediul spiritual de provenienţă al fiecăruia?

Dacă aţi crescut într-o familie religioasă, aţi îmbrăţişat credinţa din copilărie? *Sau aţi respins-o*? *Sau încă ezitaţi dacă o veţi adopta*? *Care este concepţia voastră despre Dumnezeu*?

Dacă veţi avea copii, îi veţi creşte într-o anume credinţă?

Ce îmbunătăţiri aţi dori să vedeţi în această latură a relaţiei voastre?

E. Fizic

Ce fel de atingeri îţi comunică dragoste?

Aţi discutat unul cu celălalt despre ce consideraţi a fi atingeri inadecvate?

Cât de presaţi v-aţi simţit să acceptaţi atingeri pe care le-aţi simţit a fi inadecvate?

Ce îmbunătăţiri aţi dori să vedeţi în această latură a relaţiei voastre?

Resurse

Pagini web

Startmarriageright.com. Articole, materiale video şi resurse de ultimă oră care să vă ajute să aveţi o căsnicie reuşită, pentru că ziua nunţii este abia primul pas!

Dr. Gary Chapman: www.5 lovelanguages.com. Numeroase resurse care să vă ajute să descoperiţi căsnicia pe care aţi dorit-o dintotdeauna.

Familylife: www.familylife.com. O varietate de resurse despre căsătorie.

Marriage Partnership: www.marriagepartnership.com. Articole şi informaţii pentru cupluri aflate în primii ani de relaţie.

Expertul financiar Dave Ramsey: www.daveramsey.com. Include multe resurse destinate specific cuplurilor tinere.

Crown Financial Ministries: www.crown.org. Diverse instrumente financiare utile. Excelente pentru cei aflaţi la început de drum.

Ron Deal: www.amartstepfamilies.com. Resurse excelente pentru cuplurile care se gândesc la recăsătorire după un divorţ sau după moartea unui partener de căsătorie.

Cărţi

Ron L. Deal, *The Smart Step Family* (Bethany House). Şapte paşi înspre o familie vitregă sănătoasă.

Ron L. Deal şi David H. Olson, *The Remarriage Checkup* (Bethany House). Sfaturi pentru cuplurile care se gândesc la recăsătorire după un divorţ sau după moartea

unui partener de căsătorie.

Tim şi Joy Downs, *One of Us Must Be Crazy... and I'm Pretty Sure It's* şi *Fight Fair*! (Moody). Sfaturi despre abordarea conflictelor.

Emerson Eggerichs, *Dragoste şi respect* (Kerigma). Ce îşi doresc cu adevărat soţiile şi soţii.

Tony Evans, *For Married Men Only* şi *For Married Women Only* (Moody). Reflecţii biblice.

Jerry B. Jenkins, *Hedges* (Crossway). Despre cum să-ţi protejezi căsnicia de infidelitate.

Kevin Leman, *Sheet Music* (Tyndale). Despre intimitatea sexuală.

Clifford şi Joyce Penner, *The Gift of Sex* (W Pubishing Group). Un ghid sensibil şi fără ocolişuri înspre înţelegerea sexualităţii.

Greg Smalley şi Erin Smalley, *Before You Plan Your Wedding... Plan Your Marriage* (Howard). Gândurile unui cuplu proaspăt căsătorit.

John Townsend şi Henry Cloud, *Boundaries în Marriage* (Zondervan). Tratează o seamă de aspecte psihologice.

Ed Young, *Cele zece porunci ale căsătoriei* (Casa Cărţii). Sfaturi din partea unui binecunoscut pastor.

Alte cărţi despre familie disponibile la editura Casa Cărţii:

Adevărul despre căsătoria între persoane de acelaşi sex, de Erwin W. Lutzer

Cele 10 porunci ale căsătoriei, de Ed Young

Cele 10 porunci pentru părinţi, de Ed Young

Creierul lui, creierul ei, de Walt şi Barb Larimore

Cuvinte pe care trebuie să le audă copiii, de David Staal

Familia, de Jack O. Balswick şi Judith K. Balswick.